

**EFEKTIVITAS PENDEKATAN *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR*
THERAPY (REBT) DALAM LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL
UNTUK MENINGKATKAN RASA PERCAYA DIRI SISWA
DI SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 6
PEKANBARU**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Mencapai Derajat Sarjana S1
Pada Program Studi Manajemen Pendidikan Islam



OLEH

RIYAN NOFRIYANTO

NIM. 11514101220

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU**

2020

Hak Cipta dilindungi Undang-Undang

© Hak Cipta ini milik UIN Suska Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

ate Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi ini dengan judul: *Evektivitas Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy* dalam Layanan Konseling Individual untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa di Sekolah Menengah Atas Negeri 6 Pekanbaru, yang ditulis oleh Riyan Nofriyanto, NIM 11514101220 dapat diterima dan disetujui untuk diujikan dalam sidang Munaqasyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Pekanbaru, Jumadil-Ula 1441 H
17 Januari 2020 M

Menyetujui

Ketua Jurusan

Manajemen Pendidikan Islam

Dr. Asmuri, S.Ag, M.Ag

Pembimbing

Mhd. Subhan, S. Pd., M. Ed.

UIN SUSKA RIAU



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul: *Efektivitas Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy dalam Layanan Konseling Individual untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa Di Sekolah Menengah Atas Negeri 6 Pekanbaru*, yang ditulis oleh Riyan Nofriyanto NIM. 11514101220 telah diujikan dalam sidang Munaqasyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau pada tanggal 23 Sya'ban 1441H/17 April 2020M. Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Jurusan Manajemen Pendidikan Islam Konsentrasi Bimbingan dan Konseling.

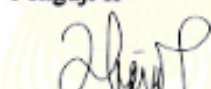
Pekanbaru,
23 sya'ban 1441 h
17 April 2020M

Mengesahkan
Sidang Munaqasyah

Penguji I


Dr. Asmuri, S. Ag, M. Ag

Penguji II


Hasgimianti, M. Pd, Kons

Penguji III


Dr. Riswani M. Ed

Penguji IV


Raja Rahima MRA, M. Pd, Kons

UIN SUSKA RIAU

Dekan

Fakultas Tarbiyah dan Keguruan




Dr. H. Muhammad Syaifuddin, S.Ag, M.Ag.
NIP. 19740704 199803 1 001



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

PENGHARGAAN



Alhamdulillahirabbil‘alamin, sedalam syukur dan setinggi puji penulis ucapkan kehadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat, taufik dan hidayahnya kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Shalawat dan salam tidak lupa penulis doakan semoga senantiasa Allah limpahkan kepada Nabiullah, Habibullah Muhammad SAW yang telah membawa manusia dari alam jahiliyah kepada alam yang penuh pengetahuan. Dengan izin dan rahmat Allah SWT penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul: Efektivitas Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dalam Layanan Konseling Individual untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa di Sekolah Menengah Atas Negeri 6 Pekanbaru, karya ilmiah yang disusun untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan pada Jurusan Manajemen Pendidikan Islam Konsentrasi Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Penulis menyadari dalam menyelesaikan karya tulis ini, penulis mendapat banyak bantuan, dorongan, bimbingan dan petunjuk serta dukungan dari orang tua dan keluarga, maka penulis mengucapkan terimakasih kepada yang tersayang dan tersayang kedua orang tua Ayahanda Jasman dan Ibunda Ningsuarti selalu menjadi motivator kehidupan. Terimakasih untuk semua cinta, dukungan, dan bantuan yang telah diberikan kepada penulis. Kemudian teruntuk saudara kandung saya kakak tercinta Titinawati, Rika Puspa Dewi, Risma Wati, abang Muhammad Dio, dan sibungsu Reza Wahyu Saputra terimakasih atas cinta dan doa yang tidak pernah putus, telah menemani penulis dalam menyusun skripsi ini. Terimakasih untuk semua dukungannya. Semoga keluargaku tercinta dan tersayang senantiasa dalam lindungan Allah SWT dan terimakasih atas dorongan dan motivasi baik secara moril maupun material sehingga penulis dapat menyelesaikan pendidikan S1 ini. Oleh sebab itu, penulis juga mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu penulis. Perkenankanlah

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

penulis menyampaikan terimakasih dan penghargaan yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. KH. Akhmad Mujahidin, S.Ag., M.Ag., selaku Rektor, Dr. Drs. H. Suryan A. Jamrah, MA., selaku Wakil Rektor I, dan Drs. H. Promadi, MA., Ph.D., selaku Wakil Rektor III Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
2. Dr. H. Muhammad Syaifuddin, S.Ag., M.Ag., selaku Dekan, Dr. Drs. Alimuddin, M.Ag., selaku Wakil Dekan I, Dr. Dra. Rohani, M.Pd., selaku Wakil Dekan II, dan Dr. Drs. Nursalim, M.Pd., selaku Wakil Dekan III Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
3. Dr. Asmuri, S.Ag, M.Ag, selaku Ketua Jurusan dan Dr. Nasrul Hs, S.Pd.I, M.A, selaku Sekretaris Jurusan Manajemen Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
4. Mhd. Subhan, S. Pd., M. Ed. Dosen Pembimbing yang telah meluangkan waktu dan kesempatan disela-sela kesibukannya untuk membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi ini dan selalu memberikan nasihat, arahan dan motivasi kepada penulis.
5. Dr. Amirah Diniaty, M. Pd, Pembimbing Akademis yang selalu memberikan motivasi, arahan, dan nasihat kepada penulis selama belajar di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
6. Dosen dan seluruh civitas akademik yang telah mendidik dan membantu penulis dalam menyelesaikan studi pada Jurusan Manajemen Pendidikan Islam Konsentrasi Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau..
7. Kepala Sekolah SMA Negeri 6 Pekanbaru, Dra. Hj. Zurina, MM yang telah memberikan izin untuk memperoleh data yang diperlukan dalam menyelesaikan skripsi ini. Nurahmi, S.Pd selaku Guru Bimbingan Konseling di SMA Negeri 6 Pekanbaru yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk membantu penulis memperoleh data yang dibutuhkan dalam penyelesaian skripsi ini.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

8. Teman-teman BK dan AP angkatan 2015 terkhusus untuk kelas BK A.
9. Terkhusus untuk sahabat saya Ade Setiawan, Patzil Al-amin, Hidayatul Adha, dan Doni Saputra yang selalu bersama-sama selama ini. Terimakasih untuk selalu memahami, menyayangi, dan mendukung penulis dan untuk seluruh senior yang sudah membantu.
10. Kepada kawan-kawan Kuliah Kerja Nyata Desa Silikuan Hulu, Kecamatan Ukui terkhusus Alvi Syahrin dan teman-teman kkn lainnya yang telah menjadi keluarga baru dan semua teman-teman Praktek Pengalaman Lapangan Sekolah Menengah Atas Negeri 6 Pekanbaru yang telah menemani dan mendo'akan penulis sampai tahap ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis mengharapkan masukan berupa kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak. Semua masukan tersebut penulis jadikan sebagai motivator untuk berkarya lebih lagi di masa yang akan datang. Akhir kata, semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pembacanya. *Amin Ya Robbal' Alamin.*

Pekanbaru, 17 Januari 2020

Penulis

Riyan Nofriyanto

Nim. 11514101220



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

PERSEMBAHAN

"Maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain dan hanya kepada Robbmulah hendaknya kamu berharap".
(Q.S Al-Insyirah ayat: 7-8)

Segala puji dan syukur kupersembahkan bagi sang penggenggam langit dan bumi, denganRahmaan Rahiim yang menghampar melebihi luasnya angkasa raya. Dzat yangmenganugerahkan kedamaian bagi jiwa-jiwa yang senantiasa merindu akan kemahabesarannya. Lantunan sholawat beriring salam penggugah hati dan jiwa, menjadi persembahan penuh kerinduan pada sang revolusioner Islam, pembangun peradaban manusia yang beradabNabi Muhammad Shallallahu'Alaihi Wasallam.

Kupersembahkan karya tulis sederhana ini, terkhusus untukmu Ayahanda Jasman dan Ibunda Nursuarti. Terimakasih untuk segala cinta dan dukungan. Terimakasih untuk segalanya sehingga putramu mampu menyelesaikan skripsi ini.

Aku melihat banyak hal menarik disekitarku. Pria yang mencintai pasangannya, orang dewasa yang menyayangi anak kecil, manusia yang mencintai hewan, dan ribuan hal lainnya. Tapi semua itu tidak terlalu menarik ketika aku melihat seorang ayah yang bekerja untuk anaknya, dan seorang ibu yang selalu mendoakan, menyayangi, serta mengasih anaknya.

Ayah, akan selalu bekerja untuk mendapatkan sedikit uang. Agar anaknya mampu bertahan hidup, tidur ditempat yang nyaman, berpakaian, bermain, bersekolah, dan merasa aman dari ancaman. Ayah, melupakan lelah untuk melihat senyum yang terbit dari bibir anaknya. Mengabaikan luka untuk terus melihat kebahagiaan yang terpancar pada binar-binar bahagia.

Ibu, akan memberikan sebuah kehangatan dalam senyuman, Memberikan kenyamanan dalam pelukan, Memberikan kasih sayang dalam setiap hal menyenangkan dan menyedihkan, memberikan doa dalam setiap sujud pada sang Ilahi, Melupakan hak yang didapat dan mengabdikan diri pada kewajibannya. Hanya untuk anaknya.

Aku melihat ayah dan ibu, menjadi manusia tangguh yang memberikan hal terbaik untuk anaknya. Mengabaikan setiap luka dari perjuangan demi membahagiakan anak-anaknya.

Terimakasih ayah, ibu, yang selalu ada dalam setiap langkahku.



ABSTRAK

Riyan Nofriyanto (2020) : **Efektivitas Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dalam Layanan Konseling Individual untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa Di Sekolah Menengah Atas Negeri 6 Pekanbaru.**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas pendekatan *rational emotive behavior therapy* dalam layanan konseling individual untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa di sekolah menengah atas negeri 6 pekanbaru pada tahun ajaran 2019/2020. Bentuk penelitian ini adalah *pre-experiment*. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas XI IPA dan objek penelitian ini adalah efektivitas pendekatan *rational emotive behavior therapy* dalam Layanan Konseling Individual untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa di Sekolah Menengah Atas Negeri 6 Pekanbaru. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI IPA di sekolah menengah atas negeri 6 pekanbaru dan sampel diambil 7 orang dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Penelitian ini memberikan *treatment* atau perlakuan kepada 7 orang siswa di dalam konseling individual. Eksperimen ini dilakukan sebanyak 4 kali dengan menerapkan pendekatan *rational emotive behavior therapy* dalam konseling individual. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan angket dan dokumentasi. Data yang dikumpulkan dianalisis dengan *wilcoxon*. Temuan penelitian ini mengungkapkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara rasa percaya diri siswa sebelum dan sesudah diberikan pendekatan *rational emotive behavior therapy* dalam layanan konseling individual untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa dengan nilai output "Test Statistics" diketahui *Asym Sig (2-tailed)* bernilai 0,018. Karena nilai 0,018 lebih kecil dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa pendekatan *rational emotive behavior therapy* dalam layanan konseling individual efektif untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa di Sekolah Menengah Atas Negeri 6 Pekanbaru.

Kata Kunci : **Efektivitas, Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*, Rasa Percaya Diri.**

UIN SUSKA RIAU



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

ABSTRACT

RiyanNofriyanto, (2020): The Effectiveness of Rational Emotive Behavior Therapy Approach on Individual Counseling Service in Increasing Student Self-Confidence at State Senior High School 6 Pekanbaru

This research aimed at knowing the effectiveness of Rational Emotive Behavior Therapy approach on Individual Counseling service in increasing student self-confidence at State Senior High School 6 Pekanbaru in the Academic year of 2019/2020. It was a pre-experimental research. The subjects of this research were the eleventh-grade students of Natural Science, and the object was the effectiveness of Rational Emotive Behavior Therapy approach on Individual Counseling service in increasing student self-confidence at State Senior High School 6 Pekanbaru. All the eleventh-grade students of Natural Science were the population of this research, and the samples were 7 students selected by using Purposive sampling technique. The treatment was given to 7 students in Individual Counseling. The experiment was done four times by implementing Rational Emotive Behavior Therapy approach on Individual Counseling. Questionnaire and documentation were the techniques of collecting the data. The obtained data were analyzed by using Wilcoxon. The research findings revealed that there was a significant difference on student self-confidence before and after being given Rational Emotive Behavior Therapy approach on Individual Counseling, and the output score of statistical test showed that *Asym Sig (2-tailed)* was 0.018. Because the score 0.018 was lower than 0.05, it could be concluded that Rational Emotive Behavior Therapy approach on Individual Counseling service was effective in increasing student self-confidence at State Senior High School 6 Pekanbaru.

Keywords: Effectiveness, Rational Emotive Behavior Therapy Approach, Self-Confidence

ملخص

ريان نوفريانتو، (٢٠٢٠): فعالية المدخل لعلاج أخلاق الانفعال العقلي في خدمة الاستشارة الفردية لترقية الثقة بالنفس لدى التلاميذ في المدرسة الثانوية الحكومية ٦ بكنبارو.

إن هدف هذا البحث لمعرفة فعالية المدخل لعلاج أخلاق الانفعال العقلي في خدمة الاستشارة الفردية لترقية الثقة بالنفس لدى التلاميذ في المدرسة الثانوية الحكومية ٦ بكنبارو للعام الدراسي ٢٠١٩\٢٠٢٠. ونوعه بحث قبلي. وأفراد تلاميذ الفصل ١١ لعلم الطبيعة ٥ الذين عددهم ٣٠ تلميذا، وأما موضوعه ففعالية المدخل لعلاج أخلاق الانفعال العقلي في خدمة الاستشارة الفردية لترقية الثقة بالنفس لدى التلاميذ في المدرسة الثانوية الحكومية ٦ بكنبارو. وكان المجتمع جميع تلاميذ الفصل ١١ لعلم الطبيعة ٥ في المدرسة الثانوية الحكومية ٦ بكنبارو ويؤخذون منهم ٧ تلميذا كالعينة بطريقة أخذ العينة الهادفة. وهم يعالجون بالاستشارة الفردية. وقيمت بهذه التجربة ٤ مرات بالمدخل لعلاج أخلاق الانفعال العقلي في الاستشارة الفردية. وطريقة جمع البيانات هي الاستبيانات والوثائق. وهي محللة بويلكوكسون. نتائج هذه البحث أشارت إلى أن هناك اختلافا هاما بين الثقة بالنفس لدى التلاميذ قبل ما عولجوا بالمدخل لعلاج أخلاق الانفعال العقلي في الاستشارة الفردية لترقية الثقة بالنفس وبعده، بنتيجة الاختبار الإحصائي يعرف أن Asymp سيغ (٢-الذيل) $0.018 > 0.005$ ، واستنتج أن المدخل لعلاج أخلاق الانفعال العقلي في خدمة الاستشارة الفردية فعال لترقية الثقة بالنفس لدى التلاميذ في المدرسة الثانوية الحكومية ٦ بكنبارو.

الكلمات الأساسية: فعالية، المدخل لعلاج أخلاق الانفعال العقلي، الثقة بالنفس.



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

DAFTAR ISI

PERSETUJUAN.....	i
PENGESAHAN.....	ii
PENGHARGAAN.....	iii
PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRAK	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Alasan Pemilihan Judul.....	6
C. Penegasan Istilah.....	7
D. Masalah dan Rumusan Masalah.....	8
E. Tujuan Penelitian	10
BAB II KAJIAN TEORI	
A. Konsep Teoritis	11
B. Penelitian yang Relevan.....	34
C. Konsep Operasional	36
D. Asumsi dan Hipotesis.....	37
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Pendekatan Penelitian	39
B. Lokasi dan waktu penelitian.....	41
C. Subjek dan Objek Penelitian	41
D. Populasi dan Sampel	42
E. Teknik Pengumpulan Data.....	43
F. Teknik Analisa Data	47
BAB IV PENYAJIAN HASIL PENELITIAN	
A. Deskripsi Lokasi Penelitian.....	51
B. Penyajian Data	62



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

C. Pembahasan.....	90
--------------------	----

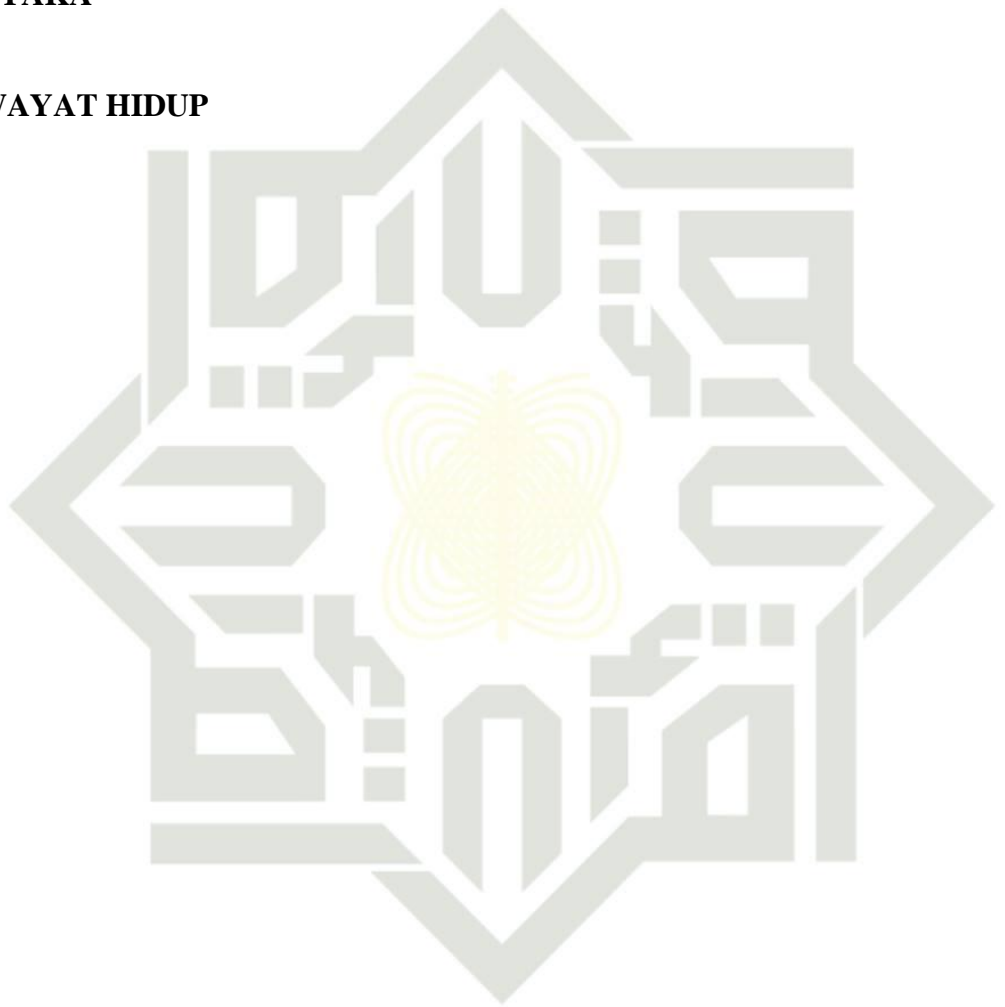
BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	90
B. Saran.....	91

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



UIN SUSKA RIAU



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta dilindungi undang-undang UIN Suska Riau
Satelanic University of Sultan Syarif Kasim Riau

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Konsep dasar teori ABCD.....	15
Tabel 2. Tahap-tahap konseling REBT.....	27
Tabel 3. Pendekatan Penelitian.....	39
Tabel 4. Kegiatan Konseling Individu dengan Pendekatan REBT.....	40
Tabel 5. Daftar nama sampel penelitian.....	42
Tabel 6. Skor alternatif jawaban angket.....	43
Tabel 7. Analisis uji validitas angket.....	44
Tabel 8. Hasil Reliabelitas.....	46
Tabel 9. Kategori rasa percaya diri.....	48
Tabel 10. Profil SMA N 6 Pekanbaru.....	50
Tabel 11. Data Guru SMA N Pekanbaru.....	51
Tabel 12. Daftar Guru Bantu.....	53
Tabel 13. Daftar Guru Honorer.....	54
Tabel 14. Daftar Guru Tetap.....	54
Tabel 15. Tenaga Administrasi.....	55
Tabel 16. Sarana dan Prasarana.....	58
Tabel 17. Kegiatan Konseling Individual.....	59
Tabel 18. Rasa Percaya Diri Siswa Sebelum diberikan Perlakuan.....	62
Tabel 19. Rasa Percaya Diri Siswa Sesudah diberikan Perlakuan.....	83
Tabel 20. Perbedaan Hasil Pre-test dan Pos-test.....	84
Tabel 21. Gambar Perbedaan Pre-test dan Pos-test.....	85
Tabel 22. Hasil Uji Wilcoxon.....	86



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1	SK Pembimbing
LAMPIRAN 2	Kegiatan Bimbingan
LAMPIRAN 3	Lembar Pengesahan Perbaikan Ujian Proposal
LAMPIRAN 4	Surat izin melakukan Pra-Riset dari Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
LAMPIRAN 5	Surat Balasan Pra-Riset dari SMA Negeri 6 Pekanbaru
LAMPIRAN 6	Surat izin melakukan Riset dari Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sultas Syarif Kasim Riau
LAMPIRAN 7	Surat Balasan Riset dari SMA Negeri 6 Pekanbaru
LAMPIRAN 8	Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL)
LAMPIRAN 9	Kisi-kisi Angket
LAMPIRAN 10	Pedoman Angket Penelitian
LAMPIRAN 11	Hasil Uji Validitas
LAMPIRAN 12	Hasil Uji Realibilitas
LAMPIRAN 13	Hasil Uji Wilcoxon
LAMPIRAN 10	Dokumentasi Kegiatan Penelitian

UIN SUSKA RIAU

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Setiap individu cenderung mengharapkan dirinya berkembang dan dapat menjadi lebih baik. Perkembangan potensi individu tidak terwujud begitu saja apabila tidak diupayakan dan seberapa jauh individu tersebut mengupayakan sehingga bisa mewujudkan potensinya secara aktual dan terwujud dalam sikapnya.

Proses mengupayakan potensi yang dimiliki individu dapat berkembang secara optimal ada aspek-aspek yang perlu dikembangkan, karena mempengaruhi optimal atau tidaknya perkembangan individu tersebut. Salah satunya adalah kepercayaan diri individu. Individu yang memiliki kepercayaan diri akan dapat mengembangkan potensinya secara optimal.¹

Percaya diri merupakan sikap positif yang dimiliki seseorang untuk melakukan suatu hal tanpa beban perasaan yang mengganggu. Sebaliknya apabila seorang individu tidak memiliki percaya diri dalam dirinya maka individu itu akan terbebani dan terganggu dalam melakukan

¹ Dewi Fatimah “Pengembangan Model Bimbingan dan Konseling Teknik Role Playing untuk Mengembangkan Kepercayaan Diri Siswa”. Jurnal Bimbingan dan Konseling Volume 4, No 1, Mei 2015, hlm 24

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

suatu hal serta ragu dalam mengambil keputusan untuk masa depan yang akan dipilihnya.²

Percaya diri sangat berdampak pada akademik dan non akademik. Siswa tersebut tidak akan dapat mengoptimalkan kemampuan yang dimilikinya tanpa adanya rasa percaya diri di dalam dirinya. Mengingat begitu pentingnya percaya diri bagi setiap orang, maka kita perlu menumbuhkan kepercayaan dalam diri kita. Seseorang yang rasa percaya dirinya tinggi memiliki keyakinan dan tekad kuat bahwa apa yang akan dilakukan akan berhasil.³

Perkembangan potensi peserta didik dapat dilihat dari tingkat kepercayaan diri siswa ketika dikelas. Peningkatan rasa percaya diri siswa merupakan indikator utama dalam pendidikan di sekolah, karena rasa percaya diri menunjukkan tingkat kompetensi siswa dalam menguasai materi pembelajaran, karena jika siswa tampil lebih percaya maka siswa mampu bekerja sendiri tanpa bantuan orang lain, bertindak independen atau bertindak di luar otoritas formal agar pekerjaan bisa terselesaikan dengan baik, mampu menyatakan keyakinan atas kemampuan yang dimiliki, dan siswa suka memilih tantangan atau konflik yang membuat dirinya berkembang lebih baik lagi.

Hakim mengatakan bahwa pemahaman negatif adalah salah satu pembentuk rasa kurang percaya diri. Pemahaman negatif diperoleh siswa dari cara berfikir negatif yang berarti cenderung mempersepsikan segala

²Lina dan Klara, "Panduan Menjadi Remaja Percaya Diri", Jurnal Hardi Pranoto Volume 01 No. 01 Juni 2016, Hlm 101

³Dewi Fatimah, *Loc. Cit* hlm. 25

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

sesuatu dari segi negatif, seperti merasa dirinya tidak mampu, tidak berharga, takut dan khawatir yang tidak beralasan merasa bodoh dan tidak bisa berbuat sesuatu dan sebagainya.⁴ Cara berfikir irasional tersebut dapat diubah menjadi rasional dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT).

Untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa dibutuhkan peran aktif dari semua pihak diantaranya adalah guru BK (Konselor), selain membantu mengembangkan potensi yang dimiliki para siswa, guru BK juga dituntut untuk bisa membantu mengatasi permasalahan yang dihadapi oleh siswa salah satunya permasalahan dalam diri siswa yaitu membantu siswa meningkatkan rasa percaya diri siswa agar bisa berperan aktif dalam dunia pendidikan. Agar rasa percaya diri siswa meningkat guru BK (konselor) bisa menggunakan beberapa cara, salah satunya dengan cara memberikan Layanan Konseling individual dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) tujuan untuk membantu meningkatkan rasa percaya diri siswa melalui dinamika perorangan.

Pengertian layanan konseling individual mempunyai makna spesifik dalam arti pertemuan konselor dengan klien secara individual, dimana terjadi hubungan konseling yang benuansa *rapport*, dan konselor berupaya memberikan bantuan untuk pengembangan pribadi siswa serta siswa dapat mengantisipasi masalah-masalah yang dihadapinya.⁵

⁴Siska Wiyasa Oktara, "Peningkatan Percaya Diri Dalam Belajar Menggunakan Konseling *Rational Emotive Behavior Therapy*", Jurnal Konseling Gusjigang Vol. 01 No. 2, 2016, Hal. 2

⁵ Sofyan S. Willis, *Konseling Individual*, (Bandung: Alfabeta, 2011), hlm 159.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam layanan konseling individual salah satunya meliputi mengembangkan kemampuan berkomunikasi, menerima dan menyampaikan pendapat, bertingkahtlaku sosial, baik dirumah, sekolah, dan masyarakat.

Proses konseling *Rational-Emotive Behavior Therapy* (REBT) berfokus pada tingkah laku individu, akan tetapi *Rational-Emotive Behavior Therapy* (REBT) menekankan bahwa tingkah laku yang bermasalah disebabkan oleh pemikiran yang irasional sehingga fokus penanganan pada pendekatan *Rational-Emotive Behavior Therapy* (REBT) adalah pemikiran Individu.⁶

Dalam kondisi yang seperti inilah dirasakan perlunya pelayanan bimbingan dan konseling yang memfokuskan kegiatannya dalam membantu peserta didik secara pribadi agar mereka dapat berhasil dalam proses pendidikan yang sedang ditempuhnya. Melalui program pelayanan bimbingan dan konseling yang baik, maka setiap peserta didik diharapkan mendapatkan kesempatan untuk mengembangkan setiap potensi yang dimilikinya seoptimal mungkin, sehingga mereka dapat menemukan kebahagiaan pribadi dan kemanfaatan sosial dengan demikian dapat juga dikatakan bahwa program pelayanan bimbingan dan konseling berusaha untuk dapat mempertemukan antara kemampuan individu dengan cita-citanya serta dengan situasi dan kebutuhan masyarakat.⁷

⁶Gantina Komalasari, Eka Wahyuni, dan Karsih, *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta: PT Indeks, 2016), hlm 201

⁷Hallen A. *Bimbingan Dan Konseling Dalam Islam*.(Jakarta : Ciputat Pers.2002). hlm. 39.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Sekolah Menengah Atas Negeri 6 Pekanbaru merupakan salah satu lembaga pendidikan yang menetapkan bimbingan dan konseling sebagai sesuatu yang sangat penting dalam sekolah untuk mencapai tujuan pendidikan nasional, sehingga membantu siswa untuk berkembang secara optimal baik kepribadian sosial, belajar, dan karir dimasa yang akan datang. Sekolah Menengah Atas 6 Pekanbaru memiliki dua orang guru bimbingan dan konseling mempunyai tugas dan tanggung jawab untuk mengontrol dan memecahkan masalah yang dihadapi oleh siswa, akan tetapi masih ada yang belum memahami pentingnya membangun rasa percaya diri dalam dirinya yang akan berpengaruh terhadap aktivitas dan prestasinya. Siswa Sekolah Menengah Atas Negeri 6 Pekanbaru selama penelusuran yang penulis lakukan masih terdapat siswa yang disaat proses belajar mengajar yang kurang aktif karena kurangnya rasa percaya diri ketika berada di dalam kelas yang bisa berdampak terhadap perkembangan diri siswa.

Tekait dengan pendidikan di sekolah siswa yang memiliki kepercayaan diri yang baik akan dapat melakukan sesuatu sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya di mana saja. Sedangkan siswa yang memiliki kepercayaan diri yang rendah tidak akan dapat melakukan secara optimal. Hal ini dikarenakan kemampuan yang dimilikinya saja tidak cukup tanpa adanya keyakinan dalam diri siswa untuk melakukan sesuatu tersebut. Pengamatan yang penulis lakukan pada tanggal 26 November 2018 dan berdasarkan hasil wawancara dengan guru guru bimbingan dan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

konseling di sekolah tersebut penulis menemukan gejala-gejala seperti yang dijelaskan di latarbelakang di atas sebagai berikut:

1. Adanya siswa tidak percaya diri yang membuat siswa gugup ketika berbicara di depan kelas.
2. Adanya siswa tidak percaya diri merasa takut salah ketika mengerjakan PR sendirian yang membuat siswa mencontek
3. Adanya siswa yang tidak percaya diri yang membuat siswa menghindar ketika ditujuk oleh gurunya untuk tampil di depan kelas.
4. Adanya siswa yang tidak percaya diri yang membuat siswa suka bertanya kepada teman saat ujian.
5. Adanya siswa yang tidak percaya diri yang membuat siswa takut untuk bertanya kepada guru didalam kelas.

Berdasarkan gejala di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Efektivitas Pendekatan *Rational Emotiv Behavior Therapy (REBT)* dalam Layanan Konseling Individual untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa di Sekolah Menengah Atas Negeri 6 Pekanbaru ”.**

B. Alasan Memilih Judul

Penelitian terhadap Efektifitas Layanan Konseling Individual dengan Pendekatan *Rasional Emotiv Behavior Therapy (REBT)* untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa di Sekolah Menengah Atas Negeri 6 Pekanbaru ini dilakukan melihat beberapa alasan yaitu :

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

1. Persoalan-persoalan yang dikaji dalam judul diatas sesuai dengan bidang ilmu yang penulis pelajari, yaitu Bimbingan dan Konseling.
2. Masalah-masalah yang dikaji dalam judul diatas, penulis mampu untuk menelitinya.
3. Lokasi penelitian dapat dijangkau oleh peneliti.
4. persoalan ini menarik diteliti, karena keberadaan guru bimbingan konseling di sekolah hendaknya mampu mengatasi masalah tersebut dan bagaimana penangananya.

C. Penegasan Istilah

Untuk menghindari kesalahan dalam memahami judul penelitian ini, maka perlu adanya penegasan istilah yang terkait dengan judul penelitian ini adalah:

1. Efektivitas adalah suatu ukuran yang menyatakan seberapa jauh target (kuantitas, kualitas, dan waktu) telah tercapai, dimana makin besar presentase yang tercapai, maka makin tinggi efektivitasnya. Efektivitas menekankan pada hasil yang dicapai.
2. *Rasional Emotiv Behavior Therapy* (REBT) adalah Pendekatan behavior kognitif yang menekankan pada keterkaitan antara perasaan, tingkah laku dan pikiran. Proses konselingnya, *Rational-Emotive Behavior Therapy* (REBT) berfokus pada tingkah laku individu, akan tetapi *Rational-Emotive Behavior Therapy* (REBT) menekankan bahwa tingkah laku yang bermasalah disebabkan oleh pemikiran yang

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

irasional sehingga fokus penanganan pada pendekatan *Rational-Emotive Behavior Therapy* (REBT) adalah pemikiran Individu

3. Layanan konseling individual yaitu layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik yang mendapatkan layanan langsung secara tatap muka dengan guru pembimbing atau konselor dalam rangka pembahasan dan pengentasan permasalahannya.
4. Percaya Diri Adalah Sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya.

D. Masalah dan Rumusan Masalah

1. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang dikemukakan tersebut dapat diidentifikasi masalahnya sebagai berikut:

1. Efektivitas pendekatan *Rational Emotiv Behavior Therapy* (REBT) dalam layanan konseling individual untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa di Sekolah Menengah Atas Negeri 6 Pekanbaru.
2. Penggunaan pendekatan *Rational Emotiv Behavior Therapy* (REBT) di Sekolah Menengah Atas Negeri 6 Pekanbaru.
3. Pelaksanaan layanan konseling individual di Sekolah Menengah Atas Negeri 6 Pekanbaru.
4. Rasa percaya diri siswa di Sekolah Menengah Atas Negeri 6 Pekanbaru

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

5. Faktor yang mempengaruhi Layanan Konseling Individual di Sekolah Menengah Atas Negeri 6 Pekanbaru.
6. Faktor yang mempengaruhi efektivitas pendekatan *Rational Emotiv Behavior Therapy (REBT)* dalam layanan konseling individual di Sekolah Menengah Atas Negeri 6 Pekanbaru.
7. Faktor yang mempengaruhi rasa percaya diri siswa di Sekolah Menengah Atas Negeri 6 Pekanbaru.

Batasan Masalah

Mengingat banyaknya persoalan yang mengitari kajian seperti yang dikemukakan dalam indentifikasi masalah diatas maka penulis membatasi yaitu tentang Efektivitas Pendekatan *Rational Emotiv Behavior Therapy (REBT)* dalam Layanan Konseling Individual untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa di Sekolah Menengah Atas Negeri 6 Pekanbaru.

Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah Pendekatan *Rational Emotiv Behavior Therapy (REBT)* dalam Layanan Konseling Individual Efektiv untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa di Sekolah Menengah Atas Negeri 6 Pekanbaru?

Tujuan Penelitian dan Manfaat

1. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Efektivitas Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)* dalam Layanan Konseling Individual untuk Meningkatkan Rasa Percaya diri siswa di SMA Negeri 6 Pekanbaru.

2. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan sebagai berikut:

- a. Bagi penulis, sebagai persyaratan untuk mendapatkan gelar (S1) pada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Sultan Syarif Kasim Riau.
- b. Bagi sekolah sebagai bahan rujukan dalam meningkatkan kualitas pendidikan.
- c. Bagi guru BK, sebagai masukan untuk lebih meningkatkan kompetensi dalam bidang Bimbingan dan Konseling.
- d. Bagi fakultas, sebagai bahan penelitian lebih lanjut bagi pihak yang terkait, dimasa yang akan mendatang untuk dijadikan bahan sebagai referensi yang berkaitan.
- e. Bagi siswa, sebagai suatu bantuan dalam pemecahan masalah pribadi.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB II

KONSEP TEORITIS

A. Konsep Teoritis

1. Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)*

a. Sejarah *Rational Emotive Behavioral Therapy (REBT)*

Rational Emotive Behavioral Therapy (REBT) adalah pendekatan yang dikembangkan oleh Albert Ellis pada tengah tahun 1950an yang menekankan pada pentingnya peran pikiran pada tingkah laku. Pada awalnya pendekatan ini disebut dengan *Rational Therapy (RT)*. Kemudian Ellis mengubahnya menjadi *Rasional-Emotive Therapy (RET)* pada tahun 1961. Pada tahun 1993, dalam *Newsletter* yang dikeluarkan oleh *the Institute for Rational-Emotive Therapy*, Ellis mengumumkan bahwa ia mengganti nama *Rational-Emotive Therapy (RET)* menjadi *Rasional Emotive Behavior Therapy (REBT)*.⁸

b. Pengertian *Rational Emotive Behavioral Therapy (REBT)*

Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) merupakan pendekatan kognitif-behavioral. Pendekatan ini merupakan pengembangan dari pendekatan behavioral. Dalam proses konselingnya, *Rasional Emotive Behavior Therapy (REBT)* berfokus pada tingkah laku individu, akan tetapi *Rational-Emotive Behavior*

⁸Gatina Komalasari, Eka Wahyuni, dan Karsih, *Loc. Cit* hlm 201

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Therapy (REBT) menekankan bahwa tingkah laku yang bermasalah disebabkan oleh pemikiran yang irasional sehingga fokus penanganan pada pendekatan *Rational-Emotive Behavior Therapy* (REBT) adalah pemikiran Individu.

Rational-Emotive Behavior Therapy (REBT) adalah pendekatan yang bersifat direktif, yaitu pendekatan yang membelajarkan kembali konseli untuk memahami input kognitif yang menyebabkan gangguan emosional, mencoba mengubah pikiran konseli agar membiarkan pikiran irasionalnya atau belajar mengantisipasi manfaat atau konsekuensi dari tingkah laku.⁹

c. Pandangan Tentang Manusia

Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) memandang manusia sebagai individu yang didominasi oleh sistem berfikir dan sistem perasaan yang berkaitan dalam sistem psikis individu. Keberfungsian individu secara psikologis ditentukan oleh pikiran, perasaan, dan tingkah laku. Tiga aspek ini saling berkaitan karena satu aspek mempengaruhi aspek lainnya. Selanjutnya manusia dipandang memiliki tiga tujuan fundamental, yaitu untuk bertahan hidup (*To Survive*), untuk bebas dari kesakitan (*to be relatively free from pain*) dan untuk mencapai kepuasan (*to be resonably satisfied or content*).¹⁰

⁹ *Ibid.*, 202

¹⁰ *Ibid.*, 204

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

d. Konsep Dasar

1. Asumsi Dasar

Beberapa asumsi dasar REBT yang dapat dikategorisasikan pada beberapa postulat, antara lain :

- a) Pikiran, perasaan dan tingkah laku secara berkesinambungan saling berinteraksi dan mempengaruhi satu sama lain.
- b) Gangguan emosional disebabkan oleh faktor biologi dan lingkungan.
- c) Manusia dipengaruhi oleh orang lain dan lingkungan sekitar dan individu juga secara mengajak mempengaruhi orang lain sekitarnya.
- d) Manusia menyakiti diri sendiri secara kognitif, emosional, dan tingkah laku.
- e) Ketika hal yang tidak menyenangkan terjadi, individu cenderung menciptakan keyakinan yang irasional tentang kejadian tersebut
- f) Keyakinan irasional menjadi penyebab gangguan kepribadian individu.
- g) Sebagian besar manusia memiliki kecenderungan yang besar untuk membuat dan mempengaruhi gangguan emosionalnya.
- h) Ketika individu bertingkah laku yang menyakiti diri sendiri (*self-defeating behaviot*).¹¹

¹¹ *Ibid.*, 207

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

e. Pola Berfikir Teori *Rational Emotive Behavioral Therapy (REBT)*

Menurut pandangan Albert Ellis *Rational-Emotive Behavior Therapy (REBT)* individu memiliki tiga tingkatan berpikir:

- a) *Inferences* adalah berpikir tentang apa yang terjadi berdasarkan fakta dan bukti-bukti.
- b) *Evaluation* adalah mengadakan penilaian terhadap fakta dan bukti.
- c) *Core Belief* adalah keyakinan terhadap proses *inferences* dan evaluasi.

Selanjutnya ellis membagi pikiran individu menjadi tiga tingkatan, yaitu dingin (*cool*), hangat (*warm*), dan panas (*hot*), yang mengilustrasikan bagaimana emosi terintegrasi dalam pikiran. Pikiran dingin (*cool*) adalah pikiran bersifar deskriptif dan mengandung sedikit emosi, sedangkan pikiran yang hangat (*warm*) adalah pikiran yang mengarah pada satu prreferensi atau keyakinan rasional, pikiran ini mengandung unsur evaluasi yang mempengaruhi pembentukan perasaan. Adapun pikiran yang panas hot (*hot*) adalah pikiran yang mengandung unsur evaluasi yang tinggi dan penuh dengan perasaan.¹²

f. Teori ABCDE *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)*

Teori ABC adalah teori tentang kepribadian individu dari sudut pandang pendekatan *Rastional-Emotive Behavior Therapy (REBT)*,

¹² *Ibid.*, 208

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

kemudian ditambahkan D dan E untuk mengakomodasikan perubahan dan hasil yang diinginkan dari perubahan tersebut. Menurut Ellis ada tiga hal yang terkait dengan perilaku, yaitu *activating event* (A), *belief* (B), *Emotional and behavioral consequence* (C). Ketiga teori ABC tersebut ditambahkan *Disputing* (D), dan *Effective* (E) untuk memasukan perubahan dan hasil yang diharapkan dari perubahan.¹³

Tabel 2.1
Konsep Dasar Teori ABCDE

Teori ABCDE	Konsep Dasar
A (<i>Activating Event</i>))	Pengalaman pemicu yang memicu suatu keadaan emosional individu.
B (<i>Belief</i>)	Kepercayaan yang diyakini individu, hal ini dapat berupa keyakinan positif atau negatif.
C (<i>Emotional Consequence</i>)	Adalah konsekuensi yang diterima atas apa yang telah diyakini.
D (<i>Disputing</i>)	Perlawanan akan keyakinan yang dimiliki.
E (<i>Effect</i>)	Yang merupakan efek dari keyakinan rasional

Pendekatan REBT berpendapat bahwa individu mengalahkan atau mengganggu dirinya dengan dua cara, yaitu dengan memegang teguh keyakinan irasional tentang *self* (diri) yang disebut dengan *ego disturbance* dan dengan memegang teguh keyakinan irasional tentang

¹³ Fitriatun Solikhah, "Efektivitas Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy untuk mengurangi Kecanduan Game Online Pada Anak Sekolah Dasar Di SD Jumeneng" Jurnal Hijau, Vol. 13, No. 2, Desember 2016.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

emosi dan kenyamanan fisik, hal ini juga disebut dengan *discomfort disturbance*.¹⁴

h. Peran dan Fungsi Konselor

Peran konselor dalam pendekatan *Rational-Emotive Behavioral Therapy* (REBT) adalah:

- 1) Aktif-direktif, yaitu mengambil peran lebih banyak untuk memberikan penjelasan terutama pada awal konseling.
- 2) Mengkonfrontasikan pikiran irasional konseli secara langsung.
- 3) Menggunakan berbagai teknik untuk menstimulus konseli untuk berpikir dan mendidik kembali diri konseli sendiri.
- 4) Secara terus menerus “menyerang” pemikiran irasional konseli
- 5) Mengajak konseli untuk mengatasi masalahnya dengan kekuatan berpikir bukan emosi.
- 6) Bersifat didaktif

Dalam melaksanakan pendekatan *Rational-Emotive Behavioral Therapy* (REBT), konselor diharapkan memiliki kemampuan berbahasa yang baik karena *Rational-Emotive Behavioral Therapy* (REBT) banyak didominasi oleh teknik yang menggunakan pengolahan verbal. Selain itu, secara umum konselor harus memiliki keterampilan untuk membangun hubungan konseling. Adapun keterampilan konseling yang harus dimiliki konselor yang akan

¹⁴ Gatina Komalasari, Eka Wahyuni, dan Karsih, *Loc. Cit* hlm 201

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

menggunakan keterampilan konseling yang harus dimiliki konselor yang akan menggunakan pendekatan *Rational-Emotive Behavioral Therapy* (REBT) adalah sebagai berikut:

- a. Empati (*empathy*)
- b. Menghargai (*respect*)
- c. Ketulusan (*genuineness*)
- d. Kekongkritan (*concreteness*)
- e. Konfrontasi (*confrontation*)¹⁵

2. Pengertian Layanan Konseling Individual

a. Pengertian Layanan Konseling Individual

Layanan konseling individual adalah layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik yang mendapatkan layanan langsung secara tatap muka dengan guru pembimbing dalam rangka pembahasan dan pengetasan masalahnya.¹⁶

Pelaksanaan usaha pengetasan permasalahan siswa, dapat mengikuti langkah-langkah sebagai berikut :

- 1) Pengenalan dan pemahaman permasalahan.
- 2) Analisis yang tepat.
- 3) Aplikasi dan pemecahan permasalahan.

¹⁵ *Ibid*, hlm 214

¹⁶ Dewa Ketut Sukardi, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Jakarta:Reineka Cipta, 2008), hlm 63.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

4) Evaluasi, baik evaluasi awal, proses, ataupun evaluasi akhir.

5) Tindak lanjut.

Layanan konseling individual merupakan layanan yang diselenggarakan oleh seorang konselor terhadap seorang klien dalam rangka pengetasan masalah pribadi klien. Dalam suasana tatap muka dilaksanakan interaksi langsung antara klien dan konselor, membahas berbagai hal tentang masalah yang dialami klien. Pembahasan tersebut bersifat mendalam menyentuh hal-hal penting tentang pribadi klien (bahkan sangat penting yang boleh jadi penyangkut rahasia pribadi klien), bersifat meluas meliputi berbagai sisi yang menyangkut permasalahan klien, namun juga bersifat spesifik menuju ke arah pengentasan masalah.

Dalam layanan konseling individual berperan dua pihak, yaitu seorang konselor dan seorang klien.

1. Konselor

Konselor adalah seorang ahli dalam bidang konseling, yang memiliki kewenangan dan mandat secara profesional untuk melaksanakan kegiatan pelayanan konseling. Dalam layanan konseling individual konselor menjadi aktor yang secara aktif mengembangkan proses konseling melalui dioperasinalkannya pendekatan, teknik dan asas-asas konseling terhadap klien.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2. Klien

Klien adalah seorang individu yang sedang mengalami masalah, atau setidaknya sedang mengalami sesuatu yang ingin ia sampaikan kepada orang lain. Klien menanggung semacam beban atau sesuatu yang ingin ia sampaikan kepada seseorang atau ia ingin mengembangkan sesuatu yang ia miliki.

b. Tujuan Layanan Konseling Individual

Layanan konseling individual memungkinkan siswa mendapatkan layanan langsung secara tatap muka dengan guru pembimbing dalam rangka pembahasan dan pengetasan permasalahannya.¹⁷

c. Azas-azas Konseling Individual

Etika dasar konseling yang dikemukakan oleh Munro Manthei, Small yaitu :

1) Azas Kerahasiaan

Segenap rahasia pribadi klien yang terbongkar menjadi tanggung jawab penuh konselor untuk melindunginya. Keyakinan klien akan adanya perlindungan demikian itu menjadi jaminan untuk suksesnya pelayanan.

¹⁷ Prayitno, *Pelayanan Bimbingan dan Konseling di SMU*, Jakarta : Direktur Pendidikan Guru Dan Tenaga Medis Ditjen Dikdasemen. hlm 95.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2) Azas Kesukarelaan dan Keterbukaan

Kesukarelaan penuh klien untuk menjalani proses layanan konseling individual bersama konselor menjadi buah dari terjaminya kerahasiaan pribadi klien. Dengan demikian kerahasiaan dan kesukarelaan menjadi unsur dwitunggal yang mengantarkan klien ke atas proses layanan konseling individual.

3) Azas Keputusan diambil oleh Klien Sendiri

Inilah asas yang secara langsung menunjang kemandirian klien. Berkat rangsangan konselor agar klien berfikir, menganalisis, menilai dan menyimpulkan sendiri, mempersepsi, merasakan dan bersikap sendiri atas apa yang ada pada diri sendiri dan lingkungannya akhirnya klien mampu mengambil keputusan sendiri berikut menanggung resiko yang mungkin ada sebagai akibat keputusan tersebut.

4) Azas Kekinian dan Kegiatan

Asas kekinian sejak paling awal konselor bertemu klien. Dengan merasa nuansa kekinianlah segenap proses layanan dikembangkan, dan atas dasar kekinian pulalah kegiatan klien dalam layanan dijalankan.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

5) Azas Kenormatifan Keahlian

Segenap aspek teknis dan isi layanan individual adalah normatif, tidak ada satupun yang boleh terlepas dari kaidah-kaidah norma yang berlaku, baik norma agama, adat, hukum, ilmu dan kebiasaan.¹⁸

d. Teknik Layanan Konseling Individual

1) Teknik Umum

Pengembangan proses layanan individual oleh konselor dilandasi oleh suasana penerimaan, posisi duduk, dan hasil penstrukturan. Lebih lanjut, konselor menggunakan berbagai teknik untuk mengembangkan proses layanan individual yang efektif dalam mencapai tujuan layanan.

Teknik umum dalam layanan konseling individual yaitu sebagai berikut

- a) Kontak Mata
- b) Kontak Psikologis
- c) Ajakan Untuk Berbicara
- d) Tiga M (mendengar dengan cermat, memahaminya secara tepat, merespon secara tepat dan positif)

¹⁸Munro, E. A., Manthei, R. J. & Small, J. J. (1979). *Counseling : A Skill Approach*. Wellington: Menthuen Publication.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- e) Keruntunan
- f) Pertanyaan Terbuka
- g) Dorongan Minimal
- h) Refleksi
- i) Penyimpulan
- j) Penafsiran
- k) Konfrontasi
- i) Ajakan untuk memikirkan sesuatu yang lain

2. Teknik Khusus

Dalam keefektifan proses layanan individual, teknik-teknik khusus digunakan untuk membina kemampuan tertentu pada diri klien. Kemampuan ini terlebih-lebih lagi terarah kepada tuntutan yang harus dipenuhi dalam kehidupannya sehari-hari.

Jenis teknik khusus itu adalah :

- a) Pemberian Informasi
- b) Pemberian Contoh dan Latihan Bertingkah Laku
- c) Perumuaan Tujuan
- d) Latihan Penanganan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

e) Kesadaran Tubuh

f) Desensitisasi dan Sensitisasi

g) Kursi Kosong

h) Permainan Peran

Sebagaimana penggunaan teknik-teknik umum yang diutarakan terdahulu, penggunaan teknik-teknik khusus dalam layanan individual juga secara terpilih dan terpadu secara elektik. Bedanya, apabila tekni umum dapat digunakan dalam proses layanan individual untuk semua masalah, maka teknik khusus hanya digunakan untuk masalah-masalah tertentu saja, lebih khusus teknik khusus digunakan untuk mencapai tujuan spesifik tertentu yang perlu dikuasai klien dalam pengentasan masalahnya.¹⁹

e. Proses Pelaksanaan Layanan konseling Individual

Secara menyeluruh dan umum, proses layanan individual tentang dari kegiatan paling awal sampai akhir, dapat dipilah dalam lima tahap, yaitu tahap pengantaran, penjajakan, penafsiran, pembinaan, penilaian. Di antara kelima tahap itu ada batas yang jelas, bahkan kelimanya cenderung sangat bertumpang tindih. Proses layanan individual diawali dengan penerimaan

¹⁹Prayitno, *Seri Layanan Konseling L.1-L.9*. (Padang : 2004). Hlm 18

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

terhadap klien, posisi duduk dan penstrukturan, konselor langsung memasuki tahap kedua, ketiga, dan keempat.

f. Kegiatan Pendukung

1) Aplikasi Instrumentasi

Hasil instrumentasi, baik tes maupun non-tes dapat digunakan baik langsung maupun tidak langsung dalam pelayanan konseling individual. Berdasarkan hasil tes, hasil ujian, hasil AUM, sosiometri, angket dan lainnya, seseorang konselor memiliki hak panggil atas klien untuk menjalani layanan konseling individual.

2) Himpunan Data

Sama dengan hasil instrumentasi, data yang termuat di dalam himpunan data dapat dijadikan pertimbangan dalam memanggil klien dan dijadikan konten yang diwacanakan dalam layanan konseling individual.

3) Konferensi Kasus

Konferensi kasus bertujuan untuk memperoleh data tambahan tentang klien serta untuk mendapatkan dukungan dan kerjasama dari berbagai pihak (yang diundang dalam konferensi kasus) bagi pengentasan masalah klien dengan tujuan demikian itu, konferensi harus dapat dilakukan sebelum dilaksanakannya

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

layanan individual atau pasca layanan sebagai tindak lanjut layanan.

4) Kunjungan Rumah

Tujuan kunjungan rumah sama dengan konferensi kasus, dengan demikian keterkaitan kunjungan rumah terhadap layanan individual juga sama dengan keterbaikan konferensi kasus, baik sebelum maupun sesudah dilaksanakannya layanan individual. Kunjungan rumah ini dapat digantikan dengan mengundang orang tua untuk membahas kasus dan anggota keluarga yang terkait dalam masalah tersebut.

5. Alih Tangan Kasus

Diketahui bahwa tidak semua masalah yang dialami individu menjadi kewenangan konselor untuk menanganinya. Masalah-masalah yang bersifat kriminal, penyakit, keabnormalan akut, spiritual dan guna-guna berada di luar kewenangan konselor.²⁰

g. Tujuan Layanan Konseling Individual pendekatan REBT

Tujuan utama pelaksanaan konseling individual menurut pendekatan *Rational-Emotive Behavioral Therapy* (REBT) adalah membantu individu menyadari bahwa mereka dapat hidup dengan lebih rasional dan lebih produktif. Secara lebih gamblang,

²⁰*Ibid*, hlm 32

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Rational-Emotive Behavioral Therapy (REBT) mengajarkan individu untuk mengoreksi kesalahan berpikir untuk mereduksi emosi yang tidak diharapkan. Selain itu, *Rational-Emotive Behavioral Therapy* (REBT) membantu individu untuk mengubah kebiasaan berpikir dan tingkah laku yang merusak diri. Secara umum *Rational-Emotive Behavioral Therapy* (REBT) mendukung konseli untuk menjadi lebih toleran terhadap diri sendiri, orang lain, dan lingkungannya.²¹

h. Tahap-tahap Konseling Pendekatan REBT dalam Layanan Konseling Individual

Pendekatan *Rational-Emotive Behavioral Therapy* (REBT) dalam layanan konseling individual membantu konseli mengenali dan memahami perasaan, pemikiran dan tingkah laku yang irasional, dalam proses ini konseli diajarkan untuk menerima bahwa perasaan, pemikiran dan tingkah laku tersebut diciptakan dan diverbalisasi oleh konseli sendiri. Untuk mengatasi hal tersebut, konseli membutuhkan konselor untuk membantu mengatasi permasalahannya, dalam proses konseling dengan pendekatan REBT terdapat beberapa tahap yang dikerjakan oleh konselor dan konseli.²²

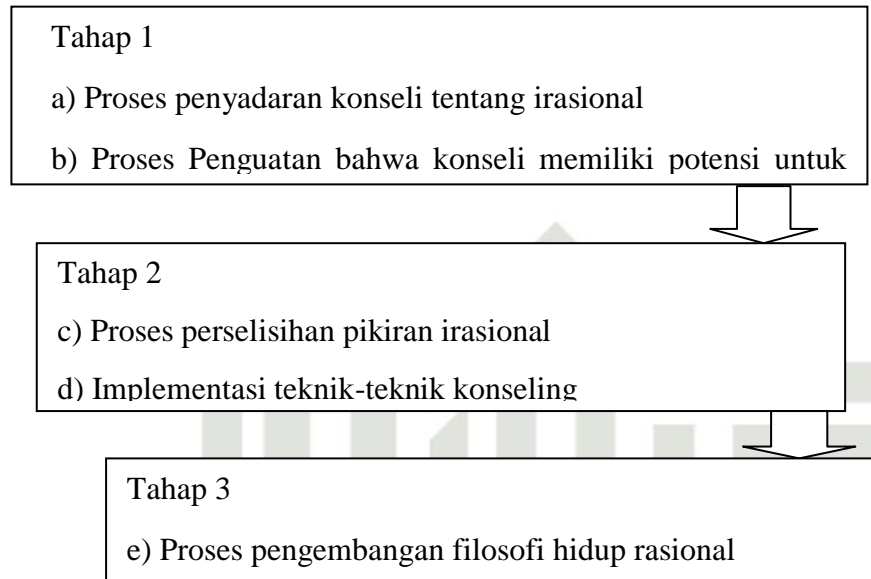
²¹ *Ibid*, hlm 213

²² *Ibid.*, hlm 215

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Tabel 2.2
Tahap-Tahap



3. Rasa Percaya Diri

a. Pengertian Percaya Diri

Rasa percaya diri adalah salah satu aspek kepribadian yang penting bagi seseorang. Tanpa adanya rasa percaya diri akan banyak menimbulkan masalah pada diri seseorang dalam kehidupan. Karena dengan adanya rasa percaya diri, seseorang akan mampu mengaktualisasika segala potensi yang ada pada dirinya. Rasa percaya diri merupakan suatu yang penting untuk dimiliki dalam diri seseorang. Rasa percaya diri perlu dimiliki oleh seseorang anak maupun orang tua, secara individual maupun secara kelompok.²³

²³M. Nur Ghuftron & Rini Risnawati S, *Teori-Teori Psikologi*, (Jakarta: Ar-Ruzz Media, 2012), hlm. 33

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Kurang percaya diri dapat membuat siswa sulit untuk berinteraksi, Charles H. Cooley lebih mengatakan peran interaksi dalam teorinya. Menurut Coley, interaksi dengan orang lain dapat mengembangkan rasa percaya diri.²⁴

Apabila individu tidak bisa mengoptimalkan proses interaksinya, maka individu akan sulit berkembang menjadi suatu proses interaksinya dan individu akan sulit berkembang menjadi suatu pribadi makhluk sosial. Untuk mencapai perkembangan menjadi pribadi sosial yang optimal perlu adanya percaya diri, namun pada saat ini banyak diantara inidividu yang tidak memiliki rasa percaya diri, terutama dikalangan siswa di sekolah, siswa di sekolah kebanyakan tidak percaya diri, sehingga siswa sulit untuk berinteraksi dan bersosialisasi baik di lingkungan sekolah dan masyarakat.

Terbentuknya rasa percaya diri yang kuat terjadi melalui proses diantaranya:

- a) Terbentuknya kepribadian yang baik sesuai dengan proses perkembangan yang melahirkan kelebihan-kelebihan tertentu.
- b) Pemahaman seseorang terhadap kelebihan-kelebihan yang dimilikinya dan melahirkan keyakinan yang kuat dengan memanfaatkan kelebihan-kelebihannya.

²⁴Zaitun, *Sosiologi Pendidikan*, (Pekanbaru: Mahkota Riau, 2012), hlm. 96

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- c) Pemahaman dan reaksi positif seseorang terhadap kelemahan-kelemahan yang dimilikinya agar tidak menimbulkan rasa rendah diri atau rasa sulit menyesuaikan diri.
- d) Pengalaman di dalam menjalani berbagai aspek kehidupan dengan menggunakan segala kelebihan yang ada pada dirinya.

Kekurangan pada salah satu proses tersebut, menjadikan seseorang mengalami hambatan untuk mendapatkan rasa percaya diri. Misalnya saja individu yang mengalami hambatan-hambatan dalam perkembangannya ketika bersosialisasi akan menjadikan individu tersebut menjadi tertutup dan rendah diri yang pada akhirnya kurang percaya diri.

Rasa percaya diri merupakan keberanian menghadapi tantangan karena memberikan suatu kesadaran bahwa belajar dari sebuah pengalaman jauh lebih penting daripada keberhasilan atau kegagalan. Rasa percaya diri untuk berpartisipasi dalam kehidupan publik, seperti halnya ketika bergabung dengan masyarakat yang di dalamnya terlibat dalam suatu kegiatan atau aktivitas.²⁵

Rasa percaya diri itu lahir dari kesadaran bahwa jika saya memutuskan untuk melakukan segala sesuatu, sesuatu pula saya lakukan. Kesadaran itulah yang melahirkan keinginan dan tekad. Misalnya ingin mendapat nilai ujian yang bagus, maka akan

²⁵ Sri Marjanti, "Upaya Meningkatkan Rasa Percaya Diri Melalui Konseling Kelompok Bagi Siswa X IPS 6 SMA 2 BAE Kudus", Jurnal Konseling Gusjigang Vol. 01 No. 2, 2015, Hal. 2

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

berusaha secara maksimal sampai tujuan bisa tercapai dengan cara belajar yang lebih giat.

b. Aspek Rasa Percaya Diri

Orang yang memiliki rasa percaya diri yang baik memiliki komponen sebagai berikut dalam dirinya:

- 1) Memiliki keyakinan kemampuan dalam diri
- 2) Optimis
- 3) Objektif
- 4) Bertanggung Jawab
- 5) Realistik dan Rasional

c. Faktor yang mempengaruhi rasa percaya diri seseorang

1) Konsep Diri

Terbentuknya rasa percaya diri diperoleh dari konsep diri yang didapat dari pergaulanya dengan lingkungan. Konsep diri muncul dari hasil interaksi yang dilakukan.

2) Harga diri

Harga diri merupakan penilaian yang dilakukan terhadap diri seseorang. Santoso berpendapat bahwa tingkat harga diri seseorang mempengaruhi harga diri seseorang tersebut.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

3) Pengalaman

Pengalaman merupakan faktor utama dalam timbulnya rasa percaya diri, namun sebaliknya pengalaman dapat juga sebagai pemicu rendahnya rasa percaya diri.

4) Pendidikan

Tingkat pendidikan seseorang akan berpengaruh terhadap rasa percaya diri seseorang. Tingkat pendidikan rendah akan mudah dikuasai oleh orang yang lebih pendidikan yang lebih tinggi, sebaliknya orang yang memiliki pendidikan yang tinggi akan memiliki tingkat rasa percaya diri yang lebih baik daripada orang yang memiliki pendidikan yang rendah.²⁶

d. Cara menumbuhkan rasa percaya diri

Menurut Fatimah untuk dapat menumbuhkan rasa percaya diri yang proporsional, individu tersebut harus memulai dari diri sendiri. Adapun cara yang digunakan sebagai berikut :

1) Evaluasi Diri Secara Objektif

Individu harus belajar untuk menerima diri secara objektif dan jujur. Membuat daftar potensi yang ada dalam diri baik yang telah diraih ataupun belum. Kenali apa yang menjadi penyebab terhalangnya kemunculan potensi yang ada dalam diri.

²⁶Zaitun, *Loc. Cit.*, hlm. 37-38

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2) Memberi Penghargaan yang Jujur

Menyadari dan menghargai sekecil apapun keberhasilan dan potensi yang dimiliki.

3) Positif Thinking

Mencoba untuk melawan setiap asumsi, prasangka atau persepsi negatif yang muncul dalam benak, dan tidak membiarkan pikiran negatif berlarut-larut.

4) Menggunakan *Sel Affirmation*

Menggunakan *Sel Affirmation* memerangi *negatife thinking*, contohnya: “Saya pasti bisa!”

5) Berani Mengambil Resiko

Setelah memahami secara objektif, maka akan dapat memprediksi resiko setiap tantangan yang dihadapi, sehingga tidak perlu menghindari melainkan lebih menggunakan strategi-strategi untuk menghindari, mencegah, atau mengatasi resiko.

6) Melakukan Tujuan yang Realistik

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Mengevaluasi segala tujuan yang ditetapkan, apakah tujuan tersebut realistik atau tidak. Tujuan yang realistik akan memudahkan dalam pencapaian tujuan²⁷.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa anak yang ragu atau kurang percaya diri biasanya selalu memandang negatif dirinya sendiri pada saat beraktivitas dalam proses pembelajaran. Selalu ada kekurangan di dalam dirinya dibandingkan dengan orang lain. Anak yang ragu terhadap kemampuan diri sendiri biasanya kurang dapat menyampaikan pesan kepada orang lain karena salah satu faktor penyebab tidak percaya diri datang dari kemampuan berkomunikasi.

²⁷Herni Rosita, *Hubungan antara Perilaku Asertif dengan Kepercayaan Diri pada Mahasiswa*, di akses Tgl 06 Februari 2019, Pukul 15.10 Wib

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

B. Penelitian Relevan

Penelitian yang relevan ialah penelitian yang digunakan sebagai perbandingan dalam menghindari manipulasi terhadap sebuah karya ilmiah dan menguatkan tentang penelitian yang penulis lakukan benar-benar belum diteliti oleh peneliti lain. Penelitian yang relevan dengan penelitian ini adalah:

1. Rina Rahmita Mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN SUSKA Riau pada tahun 2015 meneliti dengan judul **“Efektivitas Layanan Konseling Individual dalam Meningkatkan Penerimaan Diri Siswa di Sekolah Menengah Pertama 1 Kecamatan Kepenuhan Kabupaten Rokan Hulu.”** Penelitian yang dilakukan Rina Rahmita tersebut disatu sisi dengan penelitian ini, tapi pada sisi lain berbeda. Persamaanya sama-sama meneliti tentang pelaksanaan layanan konseling individual, sedangkan perbedaanya penulis meneliti dengan menggunakan pendekatan REBT dalam meningkatkan rasa percaya diri siswa.
2. Enika Sartika, Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga pada tahun 2017 meneliti dengan judul **“Konseling Rational Behavior Therapy (REBT) Berbasis Rasa Syukur Untuk Meningkatkan Rasa Syukur Remaja di MTS Negeri Worokromo Pleret Bantul”**. Berdasarkan hasil

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

pengujian hipotesis penelitian yang menggunakan statistik non parametrik melalui uji wilcoxon signed ranks test, dengan bantuan SPSS for windows version 15, 0 dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima. Artinya konseling *rational emotive behavior therapy* efektif digunakan untuk meningkatkan konsep diri siswa Mts N wonokrom pleret Bantul.

3. Sri Handayani, Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung tahun 2018 dengan judul “ **Efektifitas Layanan Konseling Kelompok dengan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa di SMK Kartika 2 Bandar Lampung**”. Menyimpulkan bahwa konseling dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* lebih efektif dalam meningkatkan rasa percaya diri peserta didik. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* efektif dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik kelas VII di SMP Kartika II Bandar Lampung.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

C. Konsep Operasional

Guna menghindari kesalahpahaman dalam penelitian ini maka disusun konsep operasional. Sebagaimana yang telah dikemukakan sebelumnya bahwa fokus penelitian ini adalah mengenai mengikuti efektivitas pendekatan *rational emotive behavior therapy* (rebt) dalam layanan konseling individual mengenai rasa percaya diri siswa di SMA Negeri 6 Pekanbaru.

1. Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam Layanan Konseling Individual

Adapun yang menjadi indikator pada proses pendekatan *rational emotive behavior therapy* (REBT) dalam layanan konseling individual adalah sebagai berikut:

- 1) Tahapan Pengembangan Hubungan (Penjajakan)
- 2) Kelola kognisi, yaitu kegiatan atau proses perolehan pengetahuan atau usaha mengenali sesuatu melalui pengalaman sendiri (Penjajakan)
- 3) Kelola emosi, menjelaskan pada klien bahwa pemikiran yang irasional adalah penyebab gangguan emosional (Penafsiran)
- 4) Kelola tindakan, dalam mana konselor sangat aktif dalam mengajar konseli (Pembinaan dan Penilaian)

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2. Rasa Percaya Diri.

Adapun yang menjadi indikator rasa percaya diri adalah sebagai berikut:

- a) Bertindak Independen, bertindak di luar otoritas formal agar pekerjaan bisa terselesaikan dengan baik.
- b) Optimis
- c) Objektif
- d) Bertanggung Jawab
- e) Rasional

D. Asumsi dan Hipotesis

1. Asumsi

Asumsi dalam penelitian ini adalah jika siswa diberikan pendekatan *rational emotive behavior therapy* dalam layanan konseling individual maka akan ada pengaruhnya terhadap rasa percaya diri siswa.

2. Hipotesis

Hipotesis adalah rumusan jawaban sementara terhadap permasalahan peneliti, sampai terbukti melalui data yang lampau, setelah menetapkan anggapan dasar maka membuat teori sementara yang kebenarannya masih perlu diuji.

Berdasarkan pernyataan diatas maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah :

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Ha : Terdapat Efektivitas Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam Layanan Konseling Individual untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri di Sekolah Menengah Negeri 6 Pekanbaru.

Ha : Tidak terdapat Efektivitas Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam Layanan Konseling Individual untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri di Sekolah Menengah Negeri 6 Pekanbaru.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan Penelitian

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif jenis *pre-eksperimen*, desain pra-eksperimental dinamakan demikian karena mengikuti langkah-langkah eksperimental, tetapi gagal memasukan eksperimental control.²⁸ Desain penelitian ini belum eksperimen sungguh-sungguh, karenan masih terdapat variabel luar yang ikut berpengaruh terhadap terbentuknya variabel dependen, jadi hasil eksperimen yang dependen itu semata-mata dipengaruhi oleh variabel independen. Hal ini terjadi karena tidak adanya variabel control dan pengambilan sampel tidak dipilih secara random.²⁹

Desai penelitian yang digunakan adalah satu kelompok pretest-posttest (*one-group pretest-posttest Design*) maka pada penelitian ini terdapat pretest sebelum diberikan perlakuan dengan demikian hasil perlakuan lebih akurat karena dapat membandingkan dengan sebelum diberikan perlakuan.

Desain ini menggunakan satu kelas untuk mendapatkan tujuan yaitu ingin mengetahui tingkat rasa percaya diri siswa di SMA Negeri 6 Pekanbaru dengan menggunakan layanan konseling individual pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT), dengan demikian desain penelitian yang akan digunakan adalah *One group Pretest-Posttest*.

²⁸ Emzir. (2012). *Metodelogi Penelitian Pendidikan Kuantitatif dan Kualitatif*. Jakarta: Rajawali Pers. h. 96

²⁹ Sugiono. (2014). *Metodelogi Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta cet ke-20, h.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

3.1.

Adapun ilustrasi *One Group Pretest-Posttest* dapat dilihat pada tabel

Tabel. III. 1
Pendekatan Penelitian
Pre-Eksperimental dan One Group Pretest-Posttest

<i>Pretest</i>	<i>Treatment</i>	<i>Posttest</i>
O1	X	O2

Keterangan:

O1 = (*Pretest*)

X = Perlakuan Konseling Individual (*Treatment*)

O2 = (*Posttest*)

Hal-hal yang dilakukan dalam pelaksanaan eksperimen ini yaitu:

a. Memberikan *Pre-test*

Tujuan dari *pre-test* adalah untuk mengetahui bagaimana klien yang kurang percaya diri siswa kelas X sebelum diberikan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam layanan konseling individu. *Pre-test* yang digunakan adalah pernyataan-pernyataan yang disajikan dalam bentuk kuesioner dengan indikator rasa percaya diri.

b. Perlakuan (*Treatment*)

Perlakuan yang diberikan berupa layanan konseling individual dengan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) yang dilaksanakan oleh peneliti terhadap sampel yang telah ditentukan sebelumnya.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

c. Memberikan *Post-test*

Pemberian *post-test* setelah diberikan perlakuan, tujuan *post-test* yaitu untuk mengetahui sejauh mana Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) melalui konseling individual.

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Sekolah Menengah Atas Negeri 6 Pekanbaru. Pemilihan Lokasi ini di dasari atas persoalan-persoalan yang ingin diteliti oleh penulis ada di lokasi ini, dari segi tempat, waktu biaya, penulis sanggup untuk melakukan penelitian di Sekolah Menengah Atas Negeri 6 Pekanbaru.

Tabel. III. 2
Rincian Pelaksanaan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dalam Laynan Konseling Individual untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa

Tahap	Waktu Pelaksanaan	Kegiatan
1	15 November 2019	Pelaksanaan <i>Pre-test</i>
	18 November 2019	Pemberian perlakuan konseling individual dengan pendekatan <i>rational emotive behavior therapy</i> dengan tema sebagai berikut:
	19 November 2019	1. Menjelaskan pendekatan <i>rational emotive behavior therapy</i> dengan teori ABCD dan E
	21 November 2019	2. Menjelaskan tentang rasa percaya diri
	25 November 2019	4. Memberikan <i>homework assigment</i> tentang kemauan dan selalu berusaha dan memberikan

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

		<i>Relaxation</i>
3	26 November 2019	Memberikan <i>Post-test</i>

C. Subjek dan Objek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah siswa kelas XI IPA di Sekolah Menengah Atas Negeri 6 Pekanbaru. Sedangkan yang menjadi objek penelitian ini adalah Efektivitas Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dalam Konseling Individual untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa di Sekolah Menengah Atas Negeri 6 Pekanbaru.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.³⁰ Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI IPA Sekolah Menengah Atas Negeri 6 Pekanbaru. Mengingat Populasi dalam penelitian ini cukup besar, sementara kemampuan penulis terbatas maka dalam penelitian ini penulis melakukan penarikan sampel.

³⁰ *Ibid*, hlm. 119

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut.³¹ Untuk menentukan sampel penelitian ini maka peneliti menggunakan teknik *purposive sampling/ sampling* bertujuan. Teknik ini merupakan teknik pengambilan sampel yang didasarkan atas adanya tujuan tertentu. Pengambilan sampel dengan cara ini dengan pertimbangan dan tujuan tertentu yaitu sesuai dengan karakteristik siswa yang kurang percaya diri berdasarkan rekomendasi dari guru bimbingan dan konseling di sekolah. Sampel dalam penelitian ini adalah dari kelas XI IPA 2 dan XI IPA 5 yang berjumlah 62 orang siswa, sedangkan yang digunakan untuk sampel oleh peneliti dari 62 siswa yaitu 7 siswa, sesuai kebutuhan penelitian.

Tabel. III. 3
Anggota Konseling Individu

No.	Nama Responden	L/P	Kelas
1.	LK	P	X IPA 2
2.	MD	P	X IPA 2
3.	DN	P	X IPA 2
4.	FD	P	X IPA 5
5	PL	P	X IPA 5
6	YD	L	X IPA 5
7	BY	L	X IPA 5
Jumlah			7

³¹*Ibid.* hlm. 119

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

E. Teknik Pengumpulan Data

Untuk memperoleh data yang valid dalam penelitian maka pengumpulan data yang digunakan adalah:

1. Angket

Angket merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pernyataan atau pertanyaan tertulis kepada responden untuk dijawab.³² Angket yang dipakai dalam penelitian ini merupakan angket bentuk skala likert, yaitu angket yang dibuat dalam bentuk kalimat pernyataan yang digolongkan kedalam 5 kategori.

Tabel. III. 4
Skor Alternatif Jawaban Angket

No	Pernyataan	Skor	
		<i>Favourable (+)</i>	<i>Unfavourable (-)</i>
1	SS	4	1
2	S	3	2
3	KK	2	3
4	TP	1	4

Keterangan:

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

TS : Sangat Tidak Setuju

a. Uji Validitas

Untuk mendapatkan instrumen yang baik hendaknya dilakukan uji instrumen yang terdiri dari uji Validitas. Validitas merupakan upaya

³² Sugiono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif R&D*. Bandung: Alfabeta. 2013. Hlm 219

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

pemeriksaan terhadap akurasi hasil penelitian dengan menerapkan prosedur-prosedur tertentu.³³ Dalam penelitian ini untuk mengetahui validnya suatu instrumen maka digunakan korelasi product moment sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N \sum X^2 - (\sum X)^2][N \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

r_{xy} = Koefisien korelasi suatu butir/item

N = Jumlah Subjek (responden)

$\sum X$ = Jumlah skor suatu butir/item

$\sum Y$ = Jumlah skor total

$\sum XY$ = Jumlah perkalian skor item dengan skor total

$\sum X^2$ = Jumlah kuadrat butir

$\sum Y^2$ = Jumlah kuadrat total.³⁴

Tabel. III. 5
Analisi Hasil Uji Coba Validitas Butir Angket Rasa Percaya Diri Siswa

Nomor Item	r hitung	r tabel	Keputusan	Keterangan
1	0,334	0,361	Invalid	Gugur
2	0,621	0,361	Valid	Bisa digunakan
3	0,568	0,361	Valid	Bisa digunakan
4	0,663	0,361	Valid	Bisa digunakan
5	0,743	0,361	Valid	Bisa digunakan
6	0,735	0,361	Valid	Bisa digunakan
7	0,514	0,361	Valid	Bisa digunakan
8	0,534	0,361	Valid	Bisa digunakan
9	0,668	0,361	Valid	Bisa digunakan
10	0,307	0,361	Invalid	Gugur
11	0,350	0,361	Invalid	Gugur

³³ Jhon W. Creswell. *Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif, dan Campuran*, (Yogyakarta : Puataka Pelajar, 2016), hlm. 269

³⁴ Sugiono, *Op, Cit*, hlm. 213

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

12	0,500	0,361	Valid	Bisa digunakan
13	0,488	0,361	Valid	Bisa digunakan
14	0,698	0,361	Valid	Bisa digunakan
15	0,533	0,361	Valid	Bisa digunakan
16	0,697	0,361	Valid	Bisa digunakan
17	0,502	0,361	Valid	Bisa digunakan
18	0,657	0,361	Valid	Bisa digunakan
19	0,757	0,361	Valid	Bisa digunakan
20	0,714	0,361	Valid	Bisa digunakan
21	0,671	0,361	Valid	Bisa digunakan
22	0,518	0,361	Valid	Bisa digunakan
23	0,543	0,361	Valid	Bisa digunakan
24	0,166	0,361	Invalid	Gugur
25	0,677	0,361	Valid	Bisa digunakan
26	0,299	0,361	Invalid	Gugur
27	0,558	0,361	Valid	Bisa digunakan
28	0,614	0,361	Valid	Bisa digunakan
29	0,007	0,361	Invalid	Gugur
30	0,693	0,361	Valid	Bisa digunakan
31	0,584	0,361	Valid	Bisa digunakan
32	0,736	0,361	Valid	Bisa digunakan
33	0,499	0,361	Valid	Bisa digunakan
34	0,597	0,361	Valid	Bisa digunakan
35	0,703	0,361	Valid	Bisa digunakan
36	0,579	0,361	Valid	Bisa digunakan
37	0,476	0,361	Valid	Bisa digunakan
38	0,634	0,361	Valid	Bisa digunakan

Sumber Data : Hasil Analisis Reliabelitas dengan *spss 20.0 for windows*

Dari tabel di atas diketahui r tabel pada α ($alpha$) = 0,05 atau taraf signifikan 5% dengan jumlah $N=30$ orang siswa, maka dapat diperoleh nilai df nya adalah 28 ($df=N-2 = 30-2=28$), sehingga nilai r tabelnya adalah 0,361. Dapat dilihat dari tabel di atas, bahwa ada 33 item angket yang pernyataanya r tabelnya lebih kecil dari r hitung.

b. Uji Reliabilitas

Reliabelitas mengacu pada instrumen yang dianggap dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

instrumen tersebut sudah baik.³⁵ Instrumen dikatakan reliabel jika alat ukur tersebut menunjukkan hasil yang konsisten, sehingga instrumen tersebut dapat digunakan secara aman karena dapat berkerja dengan baik pada waktu dan kondisi yang berbeda.

Dalam penelitian ini uji reliabelitas instrumen dibantu dengan *program spss 20.0 for windows*. Rumus yang digunakan adalah *conbrach alpha*. Apabila nilai *alpha* lebih dari 0,60 maka instrumen dinyatakan reliabel.

Tabel. III. 6
Hasil Reliabelitas
Case Processing Summary

	N	%
Valid	30	100,0
Cases Excluded ^a	0	,0
Total	30	100,0

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,748	39

Sumber Data : Hasil Analisis Reliabelitas dengan *spss 20.0 for windows*

Kesimpulan dari tabel diatas adalah bahwa *Cronbach's Alpha* = 0,748 > 0,60, sehingga dapat dipahami bahwa angket dalam penelitian ini reliabel.

³⁵ Hartono. *Analisis Item Instrumen*. (Pekanbaru: Zanaf Publishing bekerja sama dengan Media Bandung. 2010). hal. 81



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2. Dokumentasi

Dokumentasi digunakan menelaah berbagai dokumen yang terkait dengan penelitian. Dokumentasi digunakan untuk mengumpulkan data tentang sejarah berdirinya sekolah, jumlah guru, jumlah siswa, dokumen-dokumen yang tertulis berupa buku arsip, visi dan misi sekolah serta catatan penting lainnya.

G. Teknik Analisis Data

1. Deskripsi Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif. Statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi.³⁶

Penelitian menggunakan analisis deskriptif persentase untuk mengetahui gambaran tingkat rendahnya rasa percaya diri siswa sebelum dan sesudah diberi perlakuan pendekatan *rational emotive behavior therapy* dalam layanan konseling individual. Adapun rumus yang digunakan untuk menganalisis data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

³⁶ Sugiyono. *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methode)*. Bandung : Alfabeta. 2012.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

$$i = \frac{DT-DR}{K}$$

Keterangan =

i = Data Interval

DT = Data Tertinggi

DR = Data Terendah

K = Jumlah Kelas

Perhitungan dalam menentukan rentang skor atau nilai interval dalam penelitian ini adalah :

$$i = \frac{DT-DR}{K}$$

$$i = \frac{100-25}{4}$$

Berdasarkan hasil perhitungan yang telah dilakukan, maka interval skor yang didapat 17. Adapun kategori rasa percaya diri siswa dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

Tabel III. 7
Kategori Rasa Percaya Diri Siswa

No	Skor	Kategori
1	86-105	Sangat Tinggi
2	66-85	Tinggi
3	45-65	Rendah
4	25-44	Sangat Rendah



2. Pengolahan Data

Sesuai dengan hipotesis yang diajukan untuk mengetahui apakah rasa percaya diri siswa mampu diatasi melalui pendekatan *rational emotive behavior therapy* dalam layanan konseling individual, maka analisis yang digunakan adalah *statistic non parametric*, dengan menggunakan rumus uji *Wilcoxon* yaitu dengan cara membandingkan hasil *pre-test* dan *pos-test* dengan tabel bantu untuk tes *Wilcoxon*. Rumus yang digunakan dalam uji *Wilcoxon* adalah sebagai berikut:

$$Z = \frac{T - \left[\frac{1}{4N(N+1)} \right]}{\left[\sqrt{\frac{1}{20N(N+1)(2N+1)}} \right]}$$

Keterangan

N = banyak data yang berubah setelah diberi perlakuan berbeda.

T = Jumlah rangking dari nilai selisih yang negatif (apabila banyaknya selisih yang positif lebih banyak dari banyaknya selisih negatif).

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





BAB V

PENUTUP

1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Efektivitas Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dalam Layanan Konseling Individual untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa di SMA Negeri 6 Pekanbaru dapat disimpulkan bahwa hasil perhitungan rata-rata skor rasa percaya diri siswa sebelum diberikan perlakuan adalah 56 termasuk kategori rendah dan setelah diberikan pendekatan *rational emotive behavior therapy* dalam layanan konseling individual maka skor rasa percaya diri siswa menjadi 83. Hal ini dapat dilihat dari hasil uji *wilcoxon* dengan menggunakan SPSS versi 20, diketahui *Asymp sig, (2 tailed)* bernilai 0,018 karena nilai 0,018 lebih kecil dari 0,05 sehingga hipotesis alternatif diterima. Hal ini dapat disimpulkan bahwa pendekatan *rational emotive behavior therapy* dalam layanan konseling individual efektif untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa di SMA Negeri 6 Pekanbaru.

2. Saran

Berdasarkan dari hasil penelitian dan kesimpulan, penulis memberikan beberapa saran yang berkaitan dengan hasil penelitian ini sebagai berikut :

1. Kepada guru Bimbingan dan Konseling untuk dapat menerapkan pendekatan *rational emotive behavior therapy* dalam konseling individual untuk



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

meningkatkan rasa percaya diri siswa, karena tingkat rasa percaya diri siswa di sekolah sangat menunjang keberhasilan siswa dalam belajar.

Kepada guru mata pelajaran dan karyawan sekolah agar dapat untuk bisa berkerjasama dalam melakukan pengawasan dan pembinaan terhadap siswa dalam meningkatkan rasa percaya diri siswa.

Kepada siswa agar dapat meningkatkan rasa percaya diri dan mulai berikir secara rasional agar tercapainya pembelajaran yang baik.

Untuk para peneliti selanjutnya dapat menjadikan sebagai bahan acuan dalam penelitian lanjutan dengan memperluan variabel dan subjek penelitian mengenai pendekatan *rational emotive behavior therapy* untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa.

Kepada orang tua sebagai madrasah pertama bagi anak agar dapat selalu memberikan perhatian dalam perkembangan belajar anak agar terhidar dari berbagai permasalahan dalam proses pembelajaran.

UIN SUSKA RIAU



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

DAFTAR PUSTAKA

- Dewa Ketut Sukardi, 2008. *"Bimbingan dan Konseling di Sekolah"*, Jakarta:Reineka Cipta.
- Dewi Fatimah, 2015. *"Pengembangan Model Bimbingan dan Konseling Teknik Role Playing untuk Mengembangkan Kepercayaan Diri Siswa"*. Jurnal Bimbingan dan Konseling Volume 4, No 1.
- Emzir, 2012. *"Metodelogi Penelitian Pendidikan Kuantitatif dan Kualitatif"*, Jakarta: rajawali Pers.
- Fitriatun Solikhah, 2016. *"Efektivitas Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy untuk mengurangi Kecanduan Game Online Pada Anak Sekolah Dasar Di SD Jumeneng"* Jurnal Hisbah, Vol. 13, No. 2.
- Gantina Komalasari, Eka Wahyuni, dan Karsih, 2016. *Teori dan Teknik Konseling*, Jakarta: PT. Indeks.
- Hallen A, 2002. *"Bimbingan dan Konseling dalam Islam"*, Jakarta : Ciputra pers.
- Hartono. 2010. *"Analisis Item Instrumen"*, Pekanbaru: Zanafa Publishing berkerja sama dengan Musa Media Bandung.
- Herni Rosita, 2019. *"Hubungan antara Perilaku Asertif dengan Kepercayaan Diri pada Mahasiswa"*, di akses Tgl 06 Februari 2019, Pukul 15.10 Wib
- Jhon W. Creswell, 2016. *"Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif, dan Campuran"*, Yogyakarta: Puataka Pelajar.
- Lina dan Klara, 2016. *"Panduan Menjadi Remaja Percaya Diri"*, Jurnal Hardi Pranoto Volume 01 No. 01.
- M. Nur Ghufroon & Rini Risnawati S, 2012. *"Teori-Teori Psikologi"*, Jakarta: Ar-Ruzz Media.
- Munro, E. A., Manthei, R. J. & Small, J. J. 1979. *"Counseling : A Skill Approach"*. Wellington: Menthuen Publication".
- Prayitno, 2004. *Seri Layanan Konseling L.1-L.9*. Padang
- Prayitno. *"Pelayanan Bimbingan dan Konseling di SMU"*, Jakarta: Direktorat Pendidikan Guru Dan Tenaga Medis Ditjen Dikdasemen.
- Sofyan S. Willis, 2011. *Konseling Individual*, Bandung: Alfabeta.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Siska Wiyasa Oktara, 2016. *"Peningkatan Percaya Diri Dalam Belajar Menggunakan Konseling Rational Emotive Behavior Therapy"*, Jurnal Konseling Gusjigang Vol. 01 No. 2.

Sumber: : Kepala Tata Usaha Sekolah Menengah Atas Negeri 6 Pekanbaru Tahun Pelajaran 2018/2019

Sri Marjanti, 2015. *"Upaya Meningkatkan Rasa Percaya Diri Melalui Konseling Kelompok Bagi Siswa X IPS 6 SMA 2 BAE Kudus"*, Jurnal Konseling Gusjigang Vol. 01 No. 2

Sugiono. 2014. *"Metodologi Penelitian Pendidikan"*, Bandung: Alfabeta cet ke-20.

Sugiono, 2013. *"Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif R&D"*, Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. 2012 *"Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methode)"*, Bandung: Alfabeta.

Zaitun, 2012. *Sosiologi Pendidikan*, Pekanbaru: Mahkota Riau

UIN SUSKA RIAU



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN**

كلية التربية والتعليم

FACULTY OF EDUCATION AND TEACHER TRAINING

Jl. H. R. Soebrantas No.155 Km.18 Tampan Pekanbaru Riau 28293 PO. BOX 1004 Telp. (0761) 561647
Fax. (0761) 561647 Web: www.ftk.uinsuska.ac.id, E-mail: eftak_uinsuska@yahoo.co.id

Nomor : Un.04/F.II.4/PP.00.9/4625/2019
Sifat : Biasa
Tempat : -
Hal : **Pembimbing Skripsi**

Pekanbaru, 18 Maret 2019

Kepada
Yth. M.Subhan, M.Ed., C.Ht

Dosen Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Suska Riau
Pekanbaru

Assalamu'alaikum warhamatullahi wabarakatuh

Dengan hormat, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Suska Riau menunjuk Saudara sebagai pembimbing skripsi mahasiswa :

Nama : RIYAN NOFRIYANTO
NIM : 11514101220
Jurusan : Manajemen Pendidikan Islam
Judul : PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL DENGAN
TEKNIK EKSPLORASI UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN
BERPENDAPAT SISWA DI SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 6
PEKANBARU.
Waktu : 6 Bulan terhitung dari tanggal keluarnya surat bimbingan ini

Agar dapat membimbing hal-hal terkait dengan Ilmu Manajemen Pendidikan Islam Redaksi dan teknik penulisan skripsi, sebagaimana yang sudah ditentukan. Atas kesediaan Saudara, diaturkan terima kasih.

Wassalam

an. Dekan

Wakil Dekan I

Dr. Drs. Ahmuddin, M.Ag
NIP. 19660924 199503 1 002



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
كلية التربية والتعليم
FACULTY OF EDUCATION AND TEACHER TRAINING
Alamat : Jl. H. R. Soebrantas Km. 15 Tampan Pekanbaru Riau 28293 P.O. BOX 1004 Telp. (0761) 7077307 Fax. (0761) 21129

**KEGIATAN BIMBINGAN MAHASISWA
SKRIPSI MAHASISWA**

1. Jenis yang dibimbing :
 - a. Seminar usul Penelitian :
 - b. Penulisan Laporan Penelitian :
2. Nama Pembimbing : Mhd. Subhan, S. Pd, M. Ed.
3. Nama Mahasiswa : Riyan Nofriyato
4. Nomor Induk Mahasiswa : 11514101220
5. Kegiatan : Bimbingan Skripsi

No	Tanggal Konsultasi	Materi Bimbingan	Tanda Tangan	Keterangan
1	19 Maret 2019	Judul, Penulisan Proposal		
2	21 APRIL 2019	Latar Belakang + Teori		
3	23 Maret 2019	Acc Proposal		
4	4 oktober 2019	Bimbingan Instrumen / Acc		
5	11 November 2019	Bimbingan Bab IV		
6	24 Januari 2020	Bimbingan Skripsi		
7	10 Februari 2020	Acc Skripsi		

Pekanbaru, 11 - MARET - 2019
Pembimbing,



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
 كلية التربية والتعاليم
FACULTY OF EDUCATION AND TEACHER TRAINING
 Alamat : Jl. H. R. Soebrantas Km. 15 Tampan Pekanbaru Riau 28293 PO. BOX 1004 Telp. (0761) 7077307 Fax. (0761) 21129

**PENGESAHAN PERBAIKAN
UJIAN PROPOSAL**

Nama Mahasiswa : Riyan Nofriyanto
 Nomor Induk Mahasiswa : 11514101220
 Hari/Tanggal Ujian : Selasa, 14-05-2018
 Judul Proposal Ujian : Efektivitas Pendekatan *Rational Emotiv Behavior Therapy* (REBT) dalam Layanan Konseling Individual untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa di Sekolah Menengah Atas Negeri 6 Pekanbaru.
 Isi Proposal : Proposal ini sudah sesuai dengan masukan dan saran yang dalam ujian proposal

No	NAMA	JABATAN	TANDA TANGAN	
			PENGUJI I	PENGUJI II
1.	Dr. H. Muslim Afandi, M. Pd.	PENGUJI I		
	Irawati, S. Pd.i, M. Pd. I	PENGUJI II		

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Mengetahui
 a.n. Dekan
 Wakil Dekan I

Dr. Drs. Alimudin, M.Ag.
 NIP. 196609241995031002

Pekanbaru, 22 Mei 2019
 Peserta Ujian Proposal

Riyan Nofriyanto
 NIM. 11514101220



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

UIN SUSKA Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
كلية التربية والتعليم
FACULTY OF EDUCATION AND TEACHER TRAINING

Jl. H. R. Soebrantas No.155 Km.18 Tampan Pekanbaru Riau 78293 P.O. BOX 1004 Telp. (0761) 561647
Fax. (0761) 561647 Web:www.ftk.uinsuska.ac.id, E-mail: eftak_uinsuska@yahoo.co.id

: Un.04/F.II.4/PP.00.9/1946/2019

Pekanbaru, 29 Januari 2019

: Biasa

: *Mohon Izin Melakukan PraRiset*

Kepada
Yth. Kepala Sekolah
SMA NEGERI 6 PEKANBARU
di
Tempat

Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini memberitahukan kepada saudara bahwa :

Nama : RIYAN NOFRIYANTO
NIM : 11514101220
Semester/Tahun : VII (Tujuh)/ 2019
Program Studi : Manajemen Pendidikan Islam
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan UIN Suska Riau

ditugaskan untuk melaksanakan riset guna mendapatkan data yang berhubungan dengan penelitiannya di Instansi yang saudara pimpin.

Schubungan dengan itu kami mohon diberikan bantuan/izin kepada mahasiswa yang bersangkutan.

Demikian disampaikan atas kerjasamanya diucapkan terima kasih.



Dr. Drs. Nursalim, M.Pd
NIP. 19660410 199303 1 005

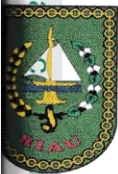
UIN SUSKA RIAU



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© H
milik UIN Suska Riau



State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

**PEMERINTAH PROVINSI RIAU
DINAS PENDIDIKAN**

SMA NEGERI 6 PEKANBARU

Jl. Bambu Kuning No. 28 Telp/Fax (0761) 20454 Pekanbaru

Email: smn6pkb@yahoo.com Website: www.sman6pekanbaru.sch.id AKREDITASI A



SURAT KETERANGAN MELAKSANAKAN PRA RISET

Nomor :421.4/SMAN 06/II/2019/133

Berdasarkan surat dari UIN Suska Riau nomor : Un.04/F.II.4/PP.00.9/71946/2019 tanggal 09 Januari 2019 tentang mohon izin melakukan PraRiset, dengan ini Kepala Sekolah Menengah Atas Negeri 6 Pekanbaru menerangkan bahwa :

Nama : **RIYAN NOFRIYANTO**
NIM : 11514101220
Mahasiswa : Manajemen Pendidikan Islam
Tarbiyah dan Keguruan UIN Suska Riau

Nama tersebut di atas benar telah melaksanakan PraRiset di SMA Negeri 6 Pekanbaru.

Demikian Surat Keterangan ini dibuat dengan sebenarnya untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.



Pekanbaru, 04 Februari 2019
Kepala SMA Negeri 6 Pekanbaru

Dra. Hj. ZURINA, MM
NIP. 196808211993032009

UIN SUSKA RIAU



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© H
milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syaifuddin Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

PEMERINTAH PROVINSI RIAU DINAS PENDIDIKAN

JALAN CUT NYAK DIEN NO. 3 TELP. 22552/21553
PEKANBARU

Pekanbaru, 26 AUG 2019

: 800/Disdik/1.3/2019/10299
: Biasa
: Izin Riset / Penelitian

Kepada
Yth. Kepala SMAN 6 Pekanbaru
di-
Pekanbaru

Berkenaan dengan Surat Rekomendasi dari Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Riau Nomor : 503/DPMPTSP/NON IZIN-RISET/25269 Tanggal 16 Agustus 2019 Perihal Pelaksanaan Izin Riset, dengan ini disampaikan bahwa:

Nama : RIYAN NOFRIYANTO
NIM : 115141012200
Program Studi : MANAJEMEN PENDIDIKAN ISLAM
Jenjang : S1
Alamat : PEKANBARU
Judul Penelitian : EFEKTIVITAS PENDEKATAN RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY (REBT) DALAM LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL UNTUK MENINGKATKAN RASA PERCAYA DIRI SISWA DI SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 6 PEKANBARU

Lokasi Penelitian : SMA NEGERI 6 PEKANBARU

Dengan ini disampaikan hal-hal sebagai berikut :

1. Untuk dapat memberikan yang bersangkutan berbagai informasi dan data yang diperlukan untuk penelitian
2. Tidak melakukan kegiatan yang menyimpang dari ketentuan yang telah ditetapkan dan memaksakan kehendak yang tidak ada hubungan dengan kegiatan ini.
3. Adapun Surat Izin Penelitian ini berlangsung selama 6 (enam) bulan terhitung mulai tanggal rekomendasi ini dibuat.

Demikian disampaikan, atas perhatian diucapkan terima kasih.

An. KEPALA DINAS PENDIDIKAN
PROVINSI RIAU
SEKRETARIS



AHYU SUHENDRA, SE
Pembina
NIP. 19711209 200012 1 006



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

PEMERINTAH PROVINSI RIAU
DINAS PENDIDIKAN

SMA NEGERI 6 PEKANBARU

Jl. Bambu Kuning No. 28 Telp/Fax (0761) 20454 Pekanbaru
Email: sman6pkb@yahoo.com Website: www.sman6pekanbaru.sch.id AKREDITASI A



SURAT KETERANGAN MELAKSANAKAN RISET

Nomor :421.4/SMAN 06/XII/2019/1706

Yang bertanda tangan dibawah ini, Kepala SMA Negeri 6 Pekanbaru Kecamatan Tenayan Raya, Kota Pekanbaru, Provinsi Riau, berdasarkan surat dari Dinas Pendidikan nomor : 800/Disdik/1.3/2019/10299 tanggal 26 Agustus 2019 perihal Izin Riset / Penelitian, dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : **RIYAN NOFRIYANTO**
NIM : 115141012200
Program Studi : Manajemen Pendidikan Islam
Judul Riset/Penelitian : **EFEKTIVITAS PENDEKATAN RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY (REBT) DALAM LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL UNTUK MENINGKATKAN RASA PERCAYA DIRI SISWA DI SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 6 PEKANBARU.**

Nama tersebut di atas benar telah melaksanakan Riset/Penelitian di SMA Negeri 6 Pekanbaru.

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sebenarnya untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 18 Desember 2019

Kepala Sekolah



Dra. Hj. ZURINA, MM
NIP. 196808211993032009

UIN SUSKA RIAU



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)
BIMBINGAN DAN KONSELING
LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL**

I. KOMPONEN

- Sekolah : SMA Negeri 6 Pekanbaru
- Kelas : XI
- Sasaran Layanan : Konseli kode : (LK, MD, DN, YD, PL)
- Tanggal : Senin, 18 November 2019
- Alokasi waktu : 1 x 45 Menit
- Bidang Layanan : Belajar
- Fungsi Layanan : Pemahaman
- Bentuk Layanan : Individual
- Tempat Layanan : Perpustakaan SMA Negeri 6 Pekanbaru
- Pemberi Layanan : Riyan Nofriyanto

II. TOPIK / PERMASALAHAN

Siswa yang memiliki percaya diri rendah

III. KOMPETENSI TUGAS PERKEMBANGAN

Meningkatkan percaya diri siswa

IV. TUJUAN LAYANAN

Siswa mampu mengubah pikiran yang irasional menjadi rasional sehingga mampu mengatasi masalahnya.

V. PENDEKATAN / TEKNIK KONSELING

Pendekatan *Rasional Emotive Behavior Therapy*

VI. LANGKAH KEGIATAN LAYANAN

No	Kegiatan Layanan	Alokasi Waktu
1.	Tahap Awal	10 Menit
	a. Penerimaan	
	b. Penstrukturan	
	c. Menanyakan kesiapan siswa untuk memasuki tahap kegiatan selanjutnya	
2.	Tahap Inti	25 Menit
	a. Langkah treatment : (Tahap Assesment)	



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	1) Peneliti mencoba menggali mengenai gejala dan faktor-faktor penyebab masalah rendahnya percaya diri siswa.	
3.	Tahap Akhir <ol style="list-style-type: none"> a. Menyimpulkan hasil konseling b. Menyusun jadwal pertemuan lanjutan c. Menutup konseling d. Mengucapkan terima kasih e. Salam perpisahan 	10 Menit

VII. ALAT / MEDIA

Buku dan alat dokumentasi

VIII. RENCANA PENILAIAN

1. Penilaian Proses

Mengamati sejauh mana keaktifan dan partisipasi siswa dalam mengikuti layanan yang berlangsung

2. Penilaian Hasil

Memberikan pertanyaan yang understanding, comfortable, action kepada siswa setelah pelaksanaan layanan yaitu sebagai berikut:

a. Understanding

Pemahaman baruapa yang diperoleh konseli

b. Confort

Bagaimana perasaan konseli setelah mengikuti konseling

c. Action

Apa yang akan dilakukan konseli setelah proses konseling

Pekanbaru, 18 November 2019

Mengetahui,

Guru BK

Nurahmi, S.Pd.

Peneliti

Riyan Nofriyanto

UIN SUSKA RIAU

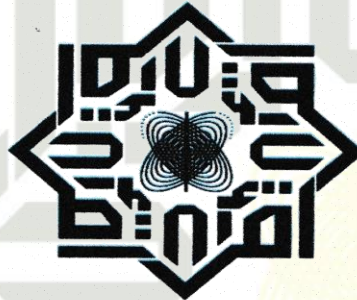


Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

INSTRUMENTASI PENELITIAN SKRIPSI

EFEKTIVITAS PENDEKATAN *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY* (REBT) DALAM LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL UNTUK MENINGKATKAN RASA PERCAYA DIRI SISWA DI SEKOLAH MENEGAH ATAS NEGERI 6 PEKANBARU



UIN SUSKA RIAU

Oleh

RIYAN NOFRIYANTO

NIM. 11514101220

PROGRAM STUDI MANAJEMEN PENDIDIKAN ISLAM FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU PEKANBARU

1440 H/2020 M

UIN SUSKA RIAU

See
S. M. N.
Mhd. Subhan



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

ANGKET PENELITIAN

TENTANG RASA PERCAYA DIRI SISWA

A. Identitas responden

Nama :

Jenis Kelamin :

Kelas :

B. Petunjuk Pengisian

1. Tulislah identitas diri anda dengan lengkap
2. Bacalah dengan cermat petunjuk dan jawablah semua pernyataan sesuai dengan diri anda.
3. Satu pernyataan hanya ada satu jawaban dan jawaban anda sangat berguna bagi peneliti.
4. Pilihlah salah satu jawaban sesuai dengan keadaan diri anda dengan cara memberi tanda (√) pada salah satu kolom :
 - a. SS : Sangat Setuju
 - b. S : Setuju
 - c. TS : Tidak Setuju
 - d. STS : Sangat Tidak Setuju

Contoh :

No	Pertanyaan	Alternatif Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Saya merasa tidak memiliki kemampuan dalam berbicara didepan kelas.				

Peneliti mengucapkan terima kasih atas partisipasi dan ketersediaan anda menjadi responden peneliti.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

No	Pertanyaan	Alternatif Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Saya sangat percaya diri ketika tampil di depan kelas.				
2	Saya mudah bergaul dengan siapa saja.				
3	Saya sulit bergaul dengan teman yang baru dikenal.				
4	Saya selalu bergantung pada orang lain				
5	Saya selalu melalaikan tugas yang diberikan oleh guru.				
6	Saya sangat senang ketika diberi kesempatan untuk menjawab kuis di depan kelas.				
7	Saya selalu yakin dengan hasil yang saya dapatkan ketika ada ulangan harian.				
8	Ketika mendapatkan giliran untuk menjawab soal saya akan mengerjakannya dengan sungguh-sungguh.				
9	Saya merasa kemampuan yang saya miliki sangat berguna bagi diri saya				
10	Ketika apa yang saya harapkan tidak tercapai saya mudah menyerah dan berputus asa.				
11	Saya memilih diam ketika guru mengajukan pertanyaan, walaupun saya tau jawabanya.				
12	Saya sudah menetapkan cita-cita yang hendak saya capai setelah lulus SMA.				
13	Saya bangga dan bersyukur atas apa yang ada pada diri saya.				
14	Saya memiliki kemampuan dalam belajar dan mampu untuk bersaing di dalam kelas.				



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

15	Saya belum menentukan target yang hendak saya capai.				
16	Saya yakin bahwa saya bisa naik kelas dengan nilai yang memuaskan.				
17	Saya ragu dengan hasil ulangan yang saya peroleh.				
18	Saya yakin dengan kerja keras saya dapat mencapai impian saya.				
19	Ketika saya gagal dalam pembelajaran, saya menganggap bahwa saya kurang memiliki kemampuan				
20	Saya selalu mencari alasan ketika ditunjuk oleh guru ketika menjawab soal kuis di depan kelas.				
21	Saya menyelesaikan apa yang menjadi tugas saya dalam kelompok.				
22	Saya malas mengikuti kegiatan yang saya pilih				
23	Saya mampu menghilangkan pemikiran negatif tentang diri saya.				
24	Kemampuan yang saya miliki tidak sebaik teman-teman lainnya.				
25	Kegiatan sosial di sekolah sangat berguna bagi diri saya.				

UIN SUSKA RIAU



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	30	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,748	39



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau

Nonparametric Tests

Wilcoxon Signed Ranks Test

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
posttest - pretest	Negative Ranks	0 ^a	,00	,00
	Positive Ranks	7 ^b	4,00	28,00
	Ties	0 ^c		
	Total	7		

- a. posttest < pretest
- b. posttest > pretest
- c. posttest = pretest

Test Statistics^a

	posttest - pretest
	-2,375 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,018

- a. Wilcoxon Signed Ranks Test
- b. Based on negative ranks.

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau



RIWAYAT HIDUP

Riyan Nofriyanto lahir di Sarik Kabupaten Pasaman Barat pada 08 November 1997 dari pasangan Jasman dan Nursuarti dan merupakan anak ke 5 dari 6 bersaudara. Hingga saat ini telah melewati jenjang pendidikan sebagai berikut: TK Sawita PTPN 6 Luhak Nan Duo (2001-2003) SD N 20 Luhak Nan Duo (2004-2009) SMP N 1 Luhak Nan Duo (2010-2012) SMA N 1 Luhak Nan Duo (2013-2015). Pada Juli 2015 penulis diterima sebagai mahasiswa Program Studi Manajemen Pendidikan Islam Konsentrasi Bimbingan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Suska Riau melalui Jalur SPAN-PTKIN. Pada tahun 2018 penulis melaksanakan KKN di desa Silikuan Hulu Kecamatan Ukui Kabupaten Pelelawan dan pada tahun yang sama penulis melakukan PPL di SMA N 6 Pekanbaru. Pada bulan agustus 2019 penulis melakukan penelitian di SMA N 6 Pekanbaru dengan judul Efektivitas Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam Layanan Konseling Individual untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa SMA Negeri 6 Pekanbaru. *Alhamdulillah* pada April 2020 penulis telah menyelesaikan studi dan berhak menyandang gelar (Sarjana) S. Pd.

UIN SUSKA RIAU

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.